

பொருளடக்கம் .

எண் .	பக்கம்
41 . கூவிளம் (வில்வம்)	9
42 . கட்டுக் கொடி	22
43 . முள்ளங்கி	27
44 . கறிவேம்பு	32
45 . வெங்காயம்	39
46 . அரசு	47
47 . தொட்டால் சினுங்கி	54
48 . எட்டி மரம்	60
49 . பற்பாடகம்	68
50 . ஆதி நாராயணன் (வாத மடக்கி)	74
51 . பேய்ச் சுறை	81
52 . பூலோக கற்பக விருட்சம் (தென்னை)	86
53 . அகத்தியர்	109
54 . கரப்பான் பூண்டு	1 2
55 . அரிவாள் மணைப் பூண்டு	117
56 . செம்பை	120
57 . கள்ளி முளையான்	126
58 . சுண்டை	129
59 . நித்திய கல்யாணி	134
60 . கஞ்சாங் கோரை	140
61 . கலியாண முருக்கன்	146
பொருள் விளக்கத் தெளிவுரை	152

உ
முருகா

கூவிளம் (வில்வம்)

இதென்ன! பெயரே புதியதாக இருக்கிறதே என்று மலைத்து விடாதீர்கள். இந்த கூவிளமும் விளங்காய்போலதான் காய்க்கும். ஆனால் பழத்தை சுவைத்து தின்ன இயலாது. மேலும் கோயில் ஸ்தலங்களில் இம்மரத்தைக் காணலாம். ஒஹோ! ஒரு வேளை வில்வ மரமாக இருக்குமோ! என்று நினைக்கின்றீர்களா? அதுவேதான்.

வில்வத்தை பற்றி மிகைப்படுத்துவதாக யாரும் நினைக்க வேண்டாம்! மூலிகைகளைப் பற்றி பல ஆண்டுகளாய் சரளமாக எழுதிவந்த அடியேனுக்கு இதைப்பற்றி எழுதும்போது எழுது கோல் ஓடமறுக்கிறது. மனம் துணிவு கொள்ள மறுக்கிறது. என்றாலும் எங்கும் நிறைந்த ஸ்ரீ முருகப் பெருமானின் சக்தி தான் என்னை எழுதத் தூண்டுகிறது.

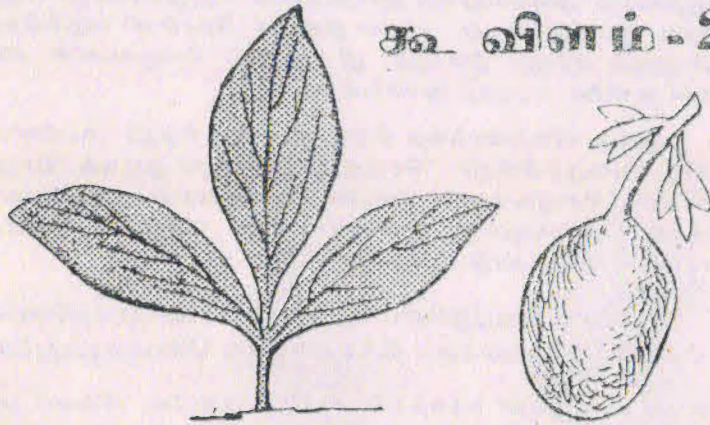
இந்த வில்வமரத்தை திருமுலர் என்ற சித்தர் “கூவிளம்” என்று அழைக்கின்றார். செங்குந்தம் என்றால் முருகன், செழுங் குன்றம்: செழுமையான குன்றின் மேல் வளர்பவன் அல்லவா? முருகன். முருகனுக்கு “வில்வப்பிரியா” என்ற சகஸ்ரநாமாச்சனையும் உண்டு.

“கூவிளம் இதழிதும்பை கொண்டர்ச்சனை செய்தபேர்க்கு தேவநாடாள்வைக்கும் திருக்கைவேல் செங்குந்தத்துணை”

என்பது செங்குந்தர் சதகத்தின் சாரம். எனவே, வில்வம் முருகனுக்கு பிரியமான பொருள் என்றால் மிகையாகாது. முருகன் சாதி சமயங்களுக்கு எல்லாம் அப்பால் கடந்து நின்று தன்னை நினைப்பவர்களுக்கு அந்ந் புரிவன் பவ்ரோக வைத்தியநாதன் அது போலத்தான் கூவிளம் என்ற வில்வமும், தன்னை அண்

டினவர்களின் வினை தீர்க்கும், பாவம் போக்கும். தூயவனாகும் சக்தி கொண்டது. வில்வத்தைப் பற்றிக்கொண்டவர் யாவரேனும் சரி, எம்மதத்தை சார்ந்தவரானாலும் சரி, அவர்புகழ் ஓங்கும். தன்னலமற்று பிறநலத்திற்காக உழைக்கும் அன்பர்களாகி விடுவர் என்பதில் ஐயமே இல்லை. வில்வப் பரத்தையும், விபூதியையும் கொடுத்து பணத்தையும் லக்ஷக்கணக்கில் திரட்டி சென்னை கோட்டத்து கந்தனுக்கு வெள்ளி ரதம் திருப்பணி செய்துவிட்டார். இது போலவே தணிகை முருகனுக்கும் வெள்ளி ரதம் செய்து அற்பணித்தார் ஒரு அன்பர். (மௌனகுரு சுவாமிகள்) முதன் முதலாக இவர் திருவலம் திரு. விஸ்வநாதர் ஆலயத்துக்கு வந்து தங்கி தன்னை நாடிவரும் அன்பர்களுக்கு எல்லாம் வில்வத்தையும் விபூதியையும் தான் கொடுக்க ஆரம்பித்தார்.

ஜீவ ஹிம்சையும், கொலையையுமே தொழிலாக கொண்டவர்களும் கூட வில்வத்தைப் பற்றிக்கொள்ள அவர்கள் பாபமெல்லாம் தொலையும். பரோபகாரியாகி விடுவார்கள் என்பதை ஸ்ரீ காளாஸ்திரி ஸ்தல புராணம் என்ற நூலைப் பார்த்தால் தெளிவாகும்.



வில்வ இலையும், காயும்.

தீசை மூன்றுவிதம்:-(1) கோழி தன் முட்டைகளை இறகு களால் அடைக்காத்து குஞ்சு பொறிக்கும் என்பது அனைவருக்கும் தெரிந்த விஷயமே, இது ஸ்பரிச தீசை என்ற பெயரால் (2) தீயில் பாலம் பிண்கள் முட்டை இட்டதும்

அது தன்முட்டைகளை திரும்பி பார்க்குமாம். அதன் பார்வை பட்ட முட்டைகளையாவும் குஞ்சாக பொறியுமாம். இது பார்வை தீசையாகும். (3) ஆமை எங்கேயாவது மணலில் முட்டை யிட்டு சென்று விடுமாம் பிறகு தன்முட்டைகளைப் பற்றி அது நினைக்கும் போது தான் இந்தமுட்டைகள் குஞ்சாகி பொறிக்குமாம். இது மானசீக தீசை.

இதுபோலவே மூலிகைஇனங்களில் மூன்றுவிதமான தெய்வீக மூலிகைகளால் மானிட பிறவிகளுக்கு மோட்சம் உண்டாகிறது என்பது நம் முன்னோர்களின் துணிவு. அதாவது தேவலோகத்து விருட்சங்கள் ஐந்து எனப்படும். அவை வன்னி, பாதிரி, வில்வம், மா, மந்தாரை. இதை பஞ்சதருக்கள் என்றும் கூறுவதுண்டு. மானசீக தீசைக்கு வன்னி மரத்தையும் (நினைக்க நற்பலன் கிடைக்கக்கூடிய சக்தி வாய்ந்தது.) பார்வை தீசைக்கு பாதிரி மரத்தையும் (பார்க்க நற்பலன் கிடைக்கும்சக்தி தீசைக்கு வில்வ மரத்தையும் (கைகளால் கொண்டு ஸ்பரிச தீசைக்கு வில்வ மரத்தையும் (கைகளால் கொண்டு உபயோகம் செய்யவும் நற்பலன் கிடைக்கும் சக்தி கொண்டு தான் இவைகளை நமது முன்னோர்கள் கொண்டது.) எனவே தான் இவைகளை நமது முன்னோர்கள் தல விருட்சமாக்கி, திருப்பாதிரிப்புலியூர், காளாஸ்திரி, திருநெல்வேலி, என்ற புண்ணிய ஸ்தலங்களை உண்டாக்கியுள்ளனர் போலும்!

கூவிளம் இல்லாத சிவாலயங்களே நம் நாட்டில் இல்லை எனக்கூறிவிட்டோம்! வீடு கட்ட அஸ்திவாரம் தேவைப்படுவது போல, நமது உடம்பு வீடு பெற வேண்டுமானால் இந்த கூவிளம் பத்ரம் (வில்வ இலை) தான் அஸ்திவாரம். உடல் எடுத்த பயனால் வந்த தீவினைகள் அறிந்தோ, அறியாமலோ செய்தவை யாவும் தீயிலிட்ட பஞ்சு போல் அழியும். திருப்பதி வேங்கடவனுக்கு நாள் தோறும் துளசிப்பத்ரம் கொண்டு அர்ச்சனை செய்தபோதிலும், ஆண்டுக்கு ஒரு மாதம் இந்த கூவிளம் பத்ரம் கொண்டு கலியுக வரதனுக்கு அர்ச்சனை செய்து வருகிறார்கள் என்றால் வில்வத்தின் மகிமையை எடுத்துரைக்கவும் வேண்டுமோ!

'வி' என்ற எழுத்துக்கே ஓர் மகிமை! 'வி' நாயகர், உதாரணம் 'வி' என்ற பொருளுக்கு மேல் ஏதுமில்லை மிக உயர்ந்த வஸ்து. எல்லையில்லாதது, வெள்ளையன் கூட 'வி' பார் விக்டரி என்றான். 'வி' + இல்லம் = வில்வம். எல்லையில்லாதது மோட்ச வீடு. இது கிடைக்க சாதனம் வில்வம்.

ஆன்மாவுக்கு மட்டுமா? மோட்சம், இல்லை. உடலுக்கும் சூட்சுமமாக வழி காட்டினர் நம் நாட்டு சித்தர்கள். பற்பல காலத்தில் தோன்றிய பதினெண் சித்தர்களில் ஒருவராவது வில்வத்தைப் பற்றி சொல்லாமல் விட்டதில்லை. இவர்கள் கூறியவற்றில் எதைக் கூறுவது எதை விடுவது? இப்படி உடலுற்ற துன்பங்களையும் ஆன்மாவின் வல்வினைகளையும் ஒருங்கே துடைக்கும். கூவிளத்தின் மருத்துவப் பயன்களை இனி கவனிப்போம்.

இம் மரம் மருத்துவப் பயனாவது போல வேறு எந்த மரமும் உபயோகமாவதில்லை. அடி வேர் முதல் இலை, பூ, காய், பழம், பிஞ்சு, வேர்ப்பட்டை, மரப்பட்டை, பிசின் உள்பட யாவும் பயன் தருவனவாகும். ஒவ்வொரு பாகமும் ஒரு செய்கையும் குணத்தையும் உடையதாக இருக்கும். எனவே இதை எல்லா நோய்களிலும் ஏற்றபடி தயாரித்து சமயம், இட பேதங்களை அனுசரித்து உடலுற்ற பிணியைப் போக்கிவிடுவார்கள் சித்த வைத்தியர்கள்.

வில்வ மரத்தில் பலவிதமுள்ளது. மூவின்களை உடைய வில்வத்தில் இரு விதமுண்டு. இதில் இலைகள் மட்டும் வித்தியாசமாக காணும். ஒன்றின் இலைகள் அகலமாகி வினியகர் உருவம் போல் மூவிதழ்களும் காணக்கூடியது. மற்றொன்று, இலைகள் கூரிய வேல் போல் நீண்டு இருக்கும். இந்த இரண்டு ரகமும் விக்ரஹ ஆராதனைக்குரிய பத்ரங்களாகும். இஃதன்றி ஐந்து இலையுடையது, எழு இலையுடையதும் உள்ளது உண்டு. இவைகளை முறையே த்ரிபத்ரம், பஞ்சபத்ரம், சப்தபத்ரம் என்றும் சொல்லுவார்கள். மற்ற சமூகங்களான பூ, பிஞ்சு, காய் இவைகளில் வித்தியாசம் ஒன்றும் இராது.

இலையின் பொதுக்குணம்

இதன் சிறப்புக்குணம் சாதாரணமாக கண்களால் காண்பது அரிது. மனித உடலுறுப்புகளில் இன்ன இடத்தில் தான் வேலை செய்யும் என்று வரையறுத்துக் கூற இயலாது. மற்ற மூலிகைகள் எல்லாம் உடலிலும் உடலோடு ஒட்டிய உயர்நிலை அதாவது ஜீவசக்திவிலும் மட்டும் தான் வேலை செய்யும். அதனால் குறிப்பிட்ட அவயங்களின் மாறுதல்களை கவனித்து வரையறுக்கலாம். கூவிளத்தின் குணதிசயம் ஆன்மா வயப்பட்டதாகும் இன்னும் ஒருபடி அதிகமாக கூறுவதானால் தெய்வீகத்

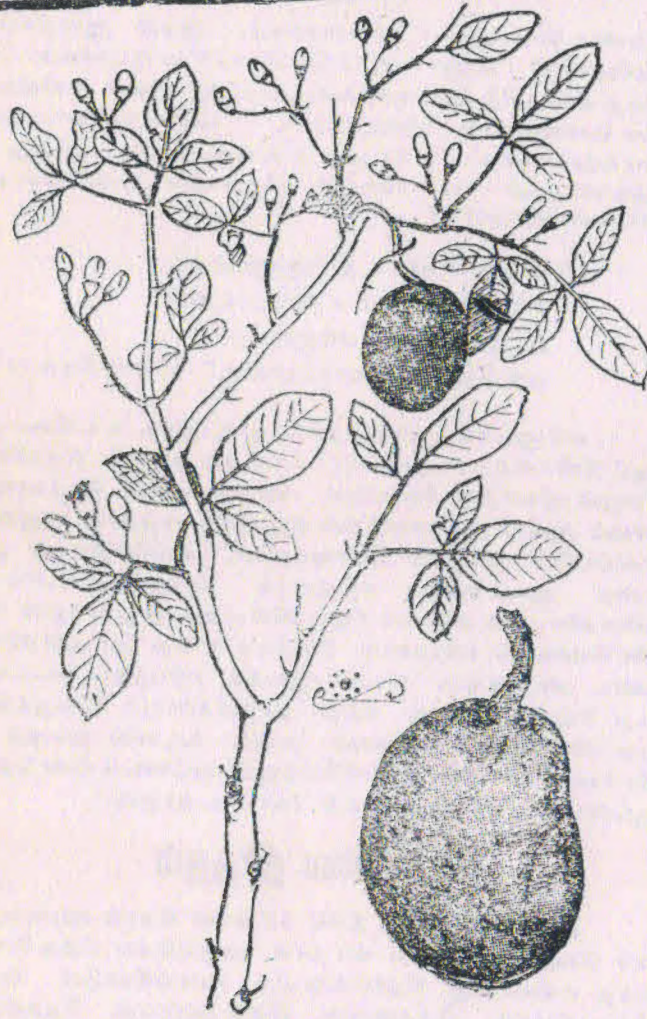
தன்மை பொருந்திய மூலிகையாம். இதன் ஆங்கிலப் பெயர் தெரியுமா? “ஏஞ்சல் மார் மெலோஸ்” என்பார்கள். எனவே இதை நம் தமிழ் நாட்டில் நன்கு தெரிந்தவர்கள் “வில்வ இலை” என சொல்லாமல் “வில்வ பத்ரம்”, “வில்வ தளம்” என்றுதான் சொல்லுவார்கள். ஒரே ஒரு வில்வதளத்தை எடுத்து தெய்வ சிந்தனையுடன் உட்கொள்ள பிறவியின் குண தோஷங்களை தூய்மையாக்குமாம்!

“திரிகுணஞ்சு: திரிகுணகாரம்;
த்ரி நேத்ராஞ்சு: திரியாயுதம்;
த்ரிஜன்ம பாப சம்ஹாரம்
ஏக பில்வம் சிவார்ப்பணம்”-(சமஸ்கிருத ஸ்லோகம்)

மனோவாக்கு காயத்தால் ஆன இந்த உடம்பை ஆன்மா ஆட்டுவிக்கிறது. முக்கண் படைத்த பரமன் திருவிளையாடல் நீகமும் ஜீவாத்மாக்களுக்கு, சென்ற காலம்-நிகழ்காலம்-எதிர்காலம் ஆகிய முக்காலத்தில் ஏற்படும், ஸத்துவ, ராஜஸ், தாமஸ் எனப்படும் முக்குண தோஷங்களை, சிவபெருமான் திரிகுலம் என்ற ஆயுதத்தால் சம்ஹாரம் செய்வது போல ஆன்மா வினைகளை, ஏக வில்வம் (ஒரு வில்வதளம்) முப்பிறவி தோஷங்களை யெல்லாம் சம்ஹாரம் செய்யும் என்ற பொருள்தான் மேல்கண்ட ஸ்லோகம். உடல் இயக்க சம்பந்தப் பட்டவரையில் கூற வேண்டுமானால் சப்த தாதுக்களையும் பெருக்கி, உடல் வளப்படையும் பலத்தையும் தரும். உடலில் தங்கும் நீர்களை வியர்வை மூலமாக வெளியேற்றும். சூட்டைக் கொடுத்து உடல் சூட்டைத் தணிக்கும் சக்தி கொண்டதாகும்.

வில்வ தீர்த்தம்

வில்வ பத்ரத்தை நீரில் 12 மணி நேரம் ஊரவைத்து பின்னர் வெறும் வயிற்றில் 40 நாள் அருந்தி வர பித்தரோகத்தால் வந்த எல்லாவித நோய்களையும் போக்கிவிடும். பித்தவாயு, பித்த மேகம், பித்தஜூரம், பித்த குன்மம், நேத்திர நோய்கண்ணிருளல், துர்பலம் ஆகியவையாவும் நீங்கும். இதுகாணத்தையொட்டியே சிவாலயங்களில் வில்வதீர்த்தம் கொடுக்கப்படுகிறது. இதில் ஒரு ரகசியம் யாதெனில் செம்பு பாத்திரத்தில் ஊரவைக்கப்பட்ட வில்வ தீர்த்தம் வெகுவிரிய சக்தி வாய்ந்ததாகும். எனவே கோயில்களில் செம்பு பாத்திரத்தில் தான் தீர்த்தம் வைப்பது குறிப்பிடத் தக்கதாகும்.



வில்வம்

செம்பு பாத்திரத்தில் நீரை மட்டும் விட்டு தீர்த்தம் என்ருல் ஆகாது! அத்துடன் தெய்வார்ச்சனை மூலிகைகள் துளசி பத்ரம், வில்வபத்ரம் போன்றவைகள் சேர்த்து சிலமணி நேரம் உறவாடினால் தான் "தீர்த்தம்" ஆகும். சகஸ்ரநாமம், அஷ்டோத்ரம், நாமாவளிகளைச் சொல்லவும் நீரும் பத்ரமும் அந்த பாத்திரத்தில் உறவாடியபின் தீபாராதனை செய்து தீர்த்தம் வழங்குவது நமது நாட்டின் பழம் பெருமை வாய்ந்த ரகசிய பிணிதீக்கும் முறைகளில் ஒன்று. அந்த காலத்தில் தீராத நோய்களுக்கெல்லாம் கேடித்திராடனம் ஒன்றே சிறந்த மருந்து! நாள் பட்ட தீராத நோய்கள் என்று கைவிடப்பட்ட காசி முதல் இராமேசுவரம் வரை ஊர் ஊராகச் சுற்றி பலவித நீர் சீதோஷண நிலை (கடும் குளிர் கொடுமையான வெய்யில்) ஆகியவைகளை எல்லாம் தாங்கிக்கொள்ளும் சக்தியை கொடுத்து விடுகிறது. இந்த தீர்த்தங்களும் தெய்வ தரிசனமும்.

வெண் குட்டம்

வில்வ பத்திரத்திற்கும் செம்பு பாத்திரத்திற்கும் உள்ள தெருங்கிய மருத்துவத் தொடர்பை வெளிப்படையாகக் காட்டும் சொல்லவில்லையானாலும் ஓர் அனுபவ உண்மை! ஒரு பெரிய செம்பு பாத்திரம் நிறைய இரவு நேரத்தில் சுத்தநீரை விட்டு அதில் இரண்டு கைப்பிடியளவு வில்வ பத்ரத்தைப் போட்டு நன்றாய் கலக்கி மூடி வைத்து விடவும் விடியுமுன் அதிகாலையில் எழுந்து தலையில் கொட்டிஸ்நானம் செய்யவேண்டும். உடம்பில் சோப்பு எதையும் தேய்க்காமல் பிரக்கம் கூடு அரைப்பொடி, சிக்காய் தேய்த்தல் நன்று. இப்படியாக நாள் தவறாமல் செய்துவர, பித்த ரோகத்தால் வந்த வெண்குட்டநோய்கள் கண்ட இடத்திலேயே கண்ட நேரத்தில் காரியை வயிற்றில் ஊற்றிக் கொண்டு வந்ததால் வந்த பித்த உடல் வெண்ப்பு இதற்கும் தற்போது வெண்குட்டம் என்றுதான் சொல்லுகிறார்கள் இவைகள் யாவும் துவரை அளவு மொச்சை அளவும் அதற்குச் சிறியனவாக இருப்பின் அவைகளுக்கு 2 மண்டலம் முதல் 4 மண்டலத்திற்குள் மறைந்து போகும். மேற் குறிப்பிட்ட அளவுகளுக்கு மேலும் உடலெங்கும் தீவிரமாக பரவி படரும் வெண்குட்ட நோயாளிகள் கூட இதை செய்யலாம் கலபமான முறை!

பூராவும் குணம் கிடைக்கா விட்டாலும் பரவிய அளவோடு நிற்கும் இது கைகண்ட அனுபவம். பலருக்குச் சொல்ல பயன்கண்டுள்ளனர். வில்வ பிரியனாகிய முருகனை நினைத்து உருகி வழிப்படும் அன்பர்களுக்கு உடனே நற்பயன் கிடைக்கு மென்பதற்கு ஐயமே இல்லை. ஆனால் இந்த சிகிச்சையின் போது பித்த உஷ்ணமான காய்கறி வகைகள், எண்ணை வித்துக்கள் மாமிச உணவுகள், புகைலாகிரி பொருட்களை விலக்கி பால், மோர், நெய், தயிர், பழம் போன்ற குளிர்ச்சி வகைகளைத் தான் கொள்ள வேண்டும். சூரிய உதயத்திற்கு பிறகு வில்வ ஸ்நானம் செய்வதும் பயனற்றதாகும்.

பெரும்பாடு நோய்

மாத ருது அளவுக்கதிகமாகவும், அடிக்கடியோ அல்லது எப்பொழுதும் உதிரப்போக்குடைய மாதர்கட்கும் வில்வதளம் எடுத்து காலை நேரத்தில் மட்டும் அம்மியில் அரைத்து கொட்டைப்பாக்களவு உள்ளுக்கு கொடுத்து உடனே குளிர் நீரில் தலை மூழ்கவைத்தால் குணமாகி விடும். வெந்நீரில் குளிப்பது கூடாது. தயிர், மோர் நிறைய சாப்பிடவேண்டும். காரம், புளியை நீக்கும் மாதர்களுக்கு துரித குணம் காணும்.

கண் நோய்கள்

கூவிளம் தளிரை எடுத்து வதக்கி சூட்டுடன் கண் இமைகளில் ஒற்றடம் செய்தால் கண் நோய்களில் வலி, கண் சிவப்பு அரித்தல் போன்றவைகள் மாறி குணமாகும்.

தீவிர தொற்று சுரங்கள்

வில்வபத்திரம் ஒரு கைப்பிடி, சுக்கு, மிளகு, சீரகம் இவை மூன்றும் அரைபலம் சேர்த்து இடித்து 1 படி நீரில் விட்டு அரைக்கால்படிபாக காய்ச்சி கொடுக்க சுரங்களைப்பிரித்துஇன்ன சுரம் என குறி குணங்களைக் காண்பித்து சிக்கலடையாதவாறு தணித்து பாதுகாக்கக் கூடியது. சுரத்தின் வெப்பநிலையை சீராக்கி நோயைக் குறைத்து விடும்.

வில்வ தளம் மூன்று இலையுடையது பொதுவாக எங்கும் கிடைக்கக் கூடியதே. இதை சுத்தமானதாகவும் பூச்சிகள் அரிக்காமல் இருக்கும் இலைகளை எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி வேண்டிய அளவு சேகரித்து கல் உரவில் மர உலக்கை கொண்டு

இடித்து நன்றாக தூள் செய்து மெல்லிய துணியில் வடிக்கட்டின குரணத்தை ஒரு கண்ணாடி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். அளவு அரை தேக்கரண்டி, சிறுவர்கட்கு பாதி அளவும், கீழ்காணும் அனுபானங்களில் சேர்த்து கொடுக்கலாம்.

(1) இந்த வில்வச் குரணத்தை மேல் சொன்ன அளவு படி பசுமையான வெற்றிலையில் போட்டு தேன் கலந்து குழைத்து நாவில் சுவைத்து விழுங்க வேண்டும். ஜலதோஷம் தலைவலி, மண்டை குடைச்சல், சீதள சம்மந்தப்பட்ட சுரங்கள் இரும்பு, மார்பு சூலை, தொண்டைகட்டு, சளி-காசம், இலைப்பிடு மல் ஆகியவைகளுக்கு காலை, மாலை இருவேளை நோய் தீரும் வரை சாப்பிடலாம்.

(2) பசு நெய் அல்லது வெண்ணையில் சாப்பிட உஷ்ண சம்மந்தப்பட்ட நோய்களான எரிச்சல், பித்தம் வயிற்று வலி குன்மம், ரணம் மலச்சிக்கல் பசியின்மை, மேக சம்மந்த நீர் தாரை எரிச்சல், மஞ்சள் நிறமான சிறுநீர், வெள்ளை, வெட்டை ஆகியவைகள் நீங்கி விடும்.

(3) மிளகு தூளுடன் சேர்த்து வெள்ளாட்டுப் பாலில் கொடுக்க சகலவித காமாலை, சோகை, பித்தபாண்டு, குன்ம வயிற்று வலி, ரத்த மில்லாத சுண்டிபோன வியாதிகள், கடுமையான மலச்சிக்கல், தேக வரட்சி, உடல் மஞ்சள் நிறமாகி விடுதல், பலஹீனம் ஆகியவை போகும். மஞ்சள் காமாலைக்கு 20 துளி கரிசலாங்கண்ணி இலை ரசமும் சேர்க்க உடனே நோய் துரித குணம் காணும்.

(4) சுக்குத் தூளுடன் சேர்த்து வெந்நீரில் கொடுத்துவர வாய்வு சம்மந்தப்பட்ட வசிகள், குடைச்சல், நரம்புக் கோளாறுகள். வாய்வு சம்பந்தமான பேதி, அஜீர்ணம், மந்தம் பசியின்மை, கைகால் குடைச்சல் ஆகியவைகள் தீரும்.

(5) பசுவின் கோமியம் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து அதில் கலந்து கொடுக்க மகோதரம், வீக்கம், நீரேத்த வியாதிகள், கல் லீரல் மண்ணீரல் வீக்கம் ஆகியவைகளுக்கு வழங்கலாம்.

(6) பசுவின் மோரில் கலந்து கொடுக்க வயிற்றுக் கோளாறுகள் சம்மந்தப்பட்ட வியாதிகள், மேக சம்மந்தப்பட்ட வியாதிகள் யாவும் போகும். இந்த சிகிச்சையின் போது தடுகு-

கடலை எண்ணி நீக்கி, சுட்ட புளியும், உப்பு வறுத்தும் இச்சா பத்தியமாக இருப்பது அவசியமாகும்.

கூவிளம்-பூ

குழந்தைகளின் மாந்தம், அஜீரண பேதிகளுக்கு விஷவப் பூவை உலர்த்தி தூள் செய்து, இரண்டு கைகளை பசும்பாசில் கொடுக்கதீரும்.

பிஞ்சு

சிறு பிஞ்சுகளுக்கு கிராமங்களில் சீதபேதி, வயிற்றுக் கடுப்பு, வயிற்று ரணம் ஆகியவைகளுக்கு இளம் பிஞ்சுகளை அரைத்து கட்டி, எருமைத் தயிரில் கலக்கிக் கொடுப்பார்கள்.

(முதிர்ந்த காய்) தந்தரோக பல்பொடி

முதிர்ந்த காய்களை நிறைய சேகரித்து எடுத்து உலர்த்தி உடைத்து ஒரே சூம்பலாகச் சேர்த்து தீமுட்டி நன்றாக எரித்து கரியாக்கி அவித்து வைத்து கொள்ளவும். காய்கள் எவ்வளவு கரியாகியதோ எல்லாம் ஒன்று சேர்த்து இடித்து தூளாக்கி வைத்து அத்துள் அளவில் 16 ல் ஒரு பாகம் சேர்ந்து உப்புத் தூளும் கலத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இது ஒரு தூய்மையான பற்பொடி! இதைக் கொண்டு தினமும் பல் துலக்கிவர நுணுக் காய் பற்பொடி, எருக்கன்பூ பற்பொடிகளுக்கு உள்ள குணம் இதற்கும் உண்டு. பல் ரோகங்கள் அனைத்துக்கும் மிக நல்லது. தந்த ரோகம் வராமலும் பாதுகாக்கும்.

வெண்குட்டம் உடையவர்களும், உடம்பின் மேல் வெள்ளையாக சரிமம் வெளுத்து போனவர்களும், வெள்ளை நிறமாகிவிடும் சரிய ரோகங்களும் உடையவர்கள் வில்வக் காயை உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு இரவில் படுக்கு முன்பு சந்தனக்கல்லில் பசும் பால் விட்டு உறைக்க அதில் இருந்து வரும் சந்தனம் போன்ற விழுநியை மேல் குறிப்பிட்ட வெள்ளை நிறமான இடங்களில் நாள் தோறும் சோம்பல் இன்றி தடவி வந்து காயில் குளிக்க வெண்ணிற புள்ளிகள் யாவும் மறைந்தே போகும். கை கண்ட அனுபவம்.

பசுமையான காயை பால் விட்டு அறைத்து தலைக்கு தேய்த்து குளிக்க கண் ரோகம், கண் எரிச்சல், பித்தக்குடு கபால உஷ்ணங்கள் யாவும் நீங்கிவிடும். நல்ல தூக்கம் வரும்.

வில்வப் பழம்

வில்வப் பழம் நாள் பட்ட குன்ம ரோகங்களை எல்லாம் கண்டிக்கும். பழத்தை கும்பி அடுப்பில் போட்டு வேக வைத்து உடைத்து உள் சதையை சாப்பிட்டுவர வயிற்று ரணம் குன்மம், எரிசூன்மம் போன்ற நோய்கள் ஆபரேஷன் இன்றி குணமாகி உள்ளது.

வில்வப் பழத்தில் இருந்து, வில்வத் தைலம் என்று சித்தர் உரை விளக்கத்திலும், தேரையர் தைல வர்க்கத்திலும் அதேக முறைகள் காணக் கிடக்கின்றன. அன்றியும் வில்வப் பழத்தில் சத்து எடுக்கும் முறை ஒன்று உள்ளது. இவை யாவும் தலை கைதேர்ந்த பரம்பரை சித்த வைத்தியர்கள் இன்று கையாளுகின்றனர். வில்வப் பழத் தைலத்தாலும், பழரசத்தாலும் வேகியத்தாலும் நாள் பட்ட தீராத பல நோய்கள், ஈயம், காசம், நாள் பட்ட சீதபேதி, கிராணி, மூலையைப் பற்றிய ரோகம், கண் ரோகங்கள், குடல் ரணங்கள் முதலியன தீர்த்து போகும் என்பதில் ஐயமே இல்லை.

பழச்சதையைக் கொண்டு சர்க்கரை கலந்து சர்பத் காய்ச்சும் முறையும் உண்டு. வில்வப்பழ சர்பத் குடலுக்கு பலத்தைக்கொடுத்து பேதியை நிறுத்தும். அதுபோல மலச் சிக்கல் இருப்பின் மலத்தையும் இளக்கி வெளியேற்றும் இரண்டு குணத்தையும் பெற்று உள்ளது. பழம் குடல்வாதம் போக்கும் சிறப்பு குணம் பெற்றதாகும்.

வில்வவேர்

வில்வ வேரை ஒரு புளியங்கொட்டையளவு எடுத்து இடித்து 4 அவுன்சு தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து அத்துடன் காய்ச்சிய பசும்பால் சேர்த்து தினமும் காயவேளை குடித்துவர இந்தியஸ்கஸ்தம் தீரும். வித்துவைப் பல்படுத்தும், போகத்தில் இச்சை கொடுக்கும் முகம் அழகு தீரும்.



மஹா வில்வம்

வில்வ இலைச் சூரணத் திற்கும் இதுபோல குணம் உண்டு. ஆனால் அதற்கு ஜாதிக்காய் சூரணம் அனுபானமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

உடலுக்கு வலுவையும், அழகையும், புத்தி தெளிவையும் ரோகங்களை நிவர்த்தி செய்வதிலும் சித்தர் முறை வில்வாதி லேகியம் நிகரற்றதாகும் போகர் புலிப்பாணி, தேரையர், அகஸ்தியர் போன்றவர்கள் வில்வவேர் கொண்டு செய்யும் பலமுறை வில்வாதி லேகியங்களை கூறியுள்ளனர் சில லேகியங்களில் வில்வப்பிசினும் சேர்கப்படுகின்றன.

விளா மரத்தில் சித்தி விளாமரம் போன்ற வில்வ மரத்திலும்காணக்கிடக்காத வில்வ மரம் ஒன்று உள்ளது. "மஹா வில்வம்"

என்பது அதன் பெயர். இதன் இலைகள் சாதாரண வில்வமரத்தின் இலைகளை விட வேறுபாடு நிறைந்தது. இலைகளுக்கிடையே கம்பு என்பதே கிடையாது! இலைகளோடு இலைகள் ஒட்டிக் கொண்டு நேர் நேராக நான்கும் குறுக்கே ஆறு இலைகளும் ஆக பத்து இலைகள் இருக்கும். இந்த மஹாவில்வத்தின் இலைகளைக் கொண்டுதான் இலங்கை வேந்தன் பரமேஸ்வரனை பூஜித்து சக்தி வாய்ந்த வரங்களைப் பெற்றதாக கூறுகின்றனர். இந்த இலையைக் காணுவதே பெரும் பாக்கியம் என்று சிலர் கருதுகின்றனர். இம்மரம் எங்கும் காணக்கிடப்படுவதில்லை. இந்த மஹா

வில்வப்பத்ரம் கொண்டு அரிச்சனை செய்ய பூர்வ வினையெல்லாம் தீரும் என்பதில் ஐயமும் உண்டோ? இந்த மஹாவில்வ மரம் சென்னையில் உள்ள கோமளீஸ்வரன் பேட்டை ஈஸ்வரர் கோயிலிலும் மயிலை கபாலீஸ்வரர் கோயிலிலும் இன்றும் உள்ளது. விரும்பும் அன்பர்கள் இதனைக் கண்டு நன்மை பெறலாம்.



கட்டுக்கொடி!

ஐஞ்ச பாண்டவர்களிலே பிமனும், அர்ஜுனனும் வீரப் பராக்கிரமங்களிலும், தருமர் பொறுமையிலும், நகுல சகாதேவர் கலைவல்லுனர்களாகவும் இருந்தார்கள் என்பது நமது நாடு அறிந்த ஒன்றே. இவர்களில் சகாதேவன் முக்காலத்தையும் அறியக்கூடிய கலைஞன். ஒரு சமயம் ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் இவரிடம் ஆலோசனைக் கேட்டபோது உங்களை கட்டிப் போட்டால் எல்லாம் சரியாகி விடும் என்று சொல்லவும், ஏதோ? கட்டு பார்ப்போம், என்றார் உடனே சகாதேவன் பக்தியால் எங்கும் பரந்து நின்ற பகவானை தன் இருதய அறையில் அடைத்துப் பூட்டி விட்டதாக மனா பாரதம் கூறுகிறது. இதை வாசகர்கள் நம்பி னாலும் சரி நம்பா விட்டாலும் சரி! இந்தக் கட்டுக்கொடியை நம்பினால் கட்டுக்கடங்காத தோயை எல்லாவற்றையும் கட்டிப் போடும்.

கட்டுக்கொடி என்னும் இந்த மூலிகை சாதாரணமாக சீராம புரங்களில் உள்ள நீர் நிலைகளுக்கருகேயும் ஈரப்பசை யுள்ள இடங்களில் வளரும்கொடியினம் கோவைக் கொடியினத் தைச் சேர்ந்த இது. அதுபோலவே பூத்து காய் விடும். காயும் பூவும் மிகச் சிறியதாக இருக்கும் இதன் காய்ப் பதத்தி கம்பி பேரல் வெகு நீளமாக ஓடி நான்கங்குல நீளத்திற்கொரு இடைவிட்டுப் பரவும் பொதுவாக இதனை முப்புதர், வேலியோரம் மரங்களின் மேலும் ஏராளமாக வளர்வதைக்காணலாம். இதில் சிறு கட்டுக்கொடி பெரும் கட்டுக்கொடி என இரு வகையுண்டு. படத்தைகவனித் தால் இவைகளின் தோற்றம் நன்கு விளங்கும். இழுத்து அறுக்க எளிதில் அறுபடாது. எனவே கிராமங்களில் கால் நட்டகளுக்கு தீனம் சேர்க்கப் போகும் மாந்தர்கள் புல் சுமை

சிறு கட்டுக்கொடி

பெரும் கட்டுக்கொடி



தழைகள், ஆகியவைகளைக் கட்ட கயிறுகளுக்கு பதிலாக இந்த கட்டுக் கொடியால் கட்டி தலைமீது சுமந்து வருவார்கள். இதன் இலையைக்கசக்கி முகர கோவை இலை வாசனைவரும்.

மருத்துவ குணம்

கட்டுக் கொடி நீரைக் கட்டுவதில் மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்தது தளர்ந்த உடலைக் கட்டி தேற்றிவிடும். உஷ்ணத்தை தணித்து குளிர்ச்சியுண்டாக்கும். மலத்தையும் இளக்கி விடும். உஷ்ணத்தால் வெந்து போனமாதிரி உள்ள உள்நுறுப்புகளை ஆற்றிவிடும். டயாபடீஸ் என்ற சர்க்கரை வியாதியும், சீத பேதி, ஆசனகடுப்பு ஆகியவைகளை நிறுத்தும் சக்தி சிறுகட்டு கொடிக்கும், நாள் பட்ட கிராணி பேதி, வாத நோய்கள், சிறு நீர் துவாரத்தின் எரிச்சல், பித்தம், எரிசுன்மம், மாதர் ருது காலபெரும்பாடு நோய், உதிரம் அளவுக்கு மீறி அதிகமாக போவது போன்ற நாள் பட்ட நோய்களை குணப்படுத்தும் சக்தி பெருங்கட்டுக் கொடிக்கும் உண்டு.

கட்டுக் கொடி இலைகளை பிழிந்து அதை நீரில் விட்டுப் பார்க்க சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் நீர் பச்சையாக கட்டிப்போகும். நீறையே கட்டி விடும் என்பதை இந்த சோதனையால் பார்க்கலாம். இப்படி கட்டிப் போன நீரை நீர் ஒழுகும் புண்கள், கரப்பான் ஆகிய சரீர நோய்களில் தடவிவர நமைச்சல் நீங்கி ஒழுக்கு நிற்கும்.

உபயோக முறைகள்

சிறு கட்டுக் கொடி இலையை காலையில் வெறும் வயிற்றில் பசுமையாக சிறிதளவு (முழு கொட்டை பாக்களவு) மென்று தின்றுவர, ரத்த பேதி, சீதபேதி ஆசனக்கடுப்பு, எரிச்சல் ஆகியவை குணமாகும். சிறு கட்டுக்கொடி இலை, வேம்பின் கொழுந்து இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து நாள்தோறும் புண்ணைக் காயளவு காலையில் மட்டும் மென்று தின்றுவர மேகரோத நீரிழுகள் நீங்கி விடும். அத்துடன் களைப்பு, ஆயாசம், தேக எரிவு, அதிக தாகம், அடிக்கடி சிறுநீர் கழிப்பது ஆகியவை நீங்கும். சிறுநீரில் உள்ள சர்க்கரையும் குறையும். இன்குலின் ஊசி போட்டால் தான் உடம்பிலுள்ள சர்க்கரை சத்து குறையும், வேறு வழியில்லை என்று நாள் தோறும் உடம்பைப் பொத்

தல் செய்து கொள்பவர்கள் கூட இதைப் பயன்படுத்தி குணம் காணலாம். இதை தினமும் பசுமையாகவே சாப்பிட வசதியற்றவர்கள் சிறு கட்டுக் கொடி இலையும் வேப்பிலைக் கொழுந்தையும் சம அளவாக எடுத்து நிறுவில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து கொண்டு இரண்டு சிட்டிகை அளவு வாயி லிட்டு வெந்நீர் குடிக்கலாம். இச்சா பத்தியமுடன் இருப்பது அவசியம்.

மெருங் கட்டுக் கொடி இலையை எடுத்தரைத்து ஒரு எலு மிச்சம் பழ அளவில் பாதி எடுத்து காலைிலும் மாலைிலும் கட்டி எருமைத் தயிருடன் கலந்து குடிக்க, நிற்காமலே போகும் பெரும்பாடு உதிரம் நின்று மாதவிடாயைச் சரிப்படுத்தும். இது பேரல நிற்காத பேதி, நாள் பட்ட கிராணி இவைகளுக்கு இதன் இலை மாங்கொட்டை பருப்பு இரண்டும் பசும்பாவில் அரைத்து சிறிது சர்க்கரை கலந்து புண்ணைக் காயளவு காலை மாலை கொடுத்து கஞ்சியின ஆகாரத்தில் வைக்க பேதி யாவும் நின்று விடும். இதே சிகிச்சை பிரமேக நீர் ஒழுக்கு, தாது ணீணம், மூத்திர தாரை நீர் எரிச்சல்களுக்கும். குத்தல் நோய்களுக்கும் கொடுத்துவர அவை குணமாகும். இதன் சிறிய காய்களையும் கிராமங்களில் மேல் கண்ட நோய்களுக்கு பயன் படுத்துவது உண்டு.

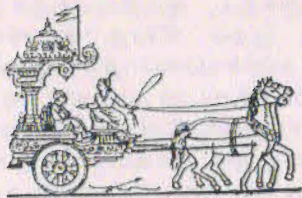
கட்டுக்கொடி வேரை சிறிதளவு எடுத்து அலசி நசுக்கி ஒரு குவளை நீருடன் கலந்து நாலு மிளகு, சிறிய துண்டு சுக்கு இரண்டு இடித்து கலந்து கலையமாக காய்ச்சி அரை குவளை யாக்கி அதை இருமுறை தினமும் சாப்பிட வாத வளிகள், வாயு நோய், கீல்வாயுக்களையும் போக்கும்.

சிறுவர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் மாந்த கணத்தால் வரும் பேதிகள், பூதப் பிரேத பைசாச கணத்தாலும் பணை தோஷத்தாலும் வரும் பச்சை நிற பேதிகள், வாயு உபத்திரவத் தால் வயிறு உப்புசத்துடன் காற்றும் நீரும் சேர்ந்துக் கொண்டு அடிக்கடி பிச்சாங்குழல் போன்று அடிக்கும் பேதிகளை நிறுத்தி விட கட்டுக் கொடி ஒரு முக்கியமான மூலிகை! முருகன் அருள் சக்தியை மனதில் நினைத்து பக்தி சித்தையுடன்கொண்டு வந்து குழந்தைகள் மேல் கண்ட மாதிரி நோயால் அவஸ்தை படும் போது, வயிற்றைச் சுற்றிலும் தளர்த்திப்பாக கட்டிவைக்க பேதியைக் கட்டி நிறுத்தும். இதை பசுங்கன்றுகளுக்கும் எருமை

கன்றுகளுக்கும் ஆகும் பால் அஜீர்ண பேதிகளை நிறுத்த கொடியை வயிற்றில் சுற்றிவைத்து இலைகளை உள்ளுக்கும் கொடுப்பார்கள். உஷ்ணத்தால் வந்த எரிசுன்ம ரோகங்களுக்கும் கட்டுக் கொடி சாறு இஞ்சி சாறு சேர்த்து அதில் மிளகும் சீரகமும் தூள் செய்து போட்டு அளவுடன் சாப்பிட்டு வர 20 நாளில் தீரும்.

“பெரிய கட்டுக்கொடிக்கு பேசு பெருப்பாடும்
அரிய மலபேதியும் போம் அப்பால் --உரிய
சிறுத்த கட்டுக்கொடிதான் சீதாத்தம் நீக்கும்
இறுத்த புனைக் கட்டுமென்.” --(கும்பமுனி)

கட்டுக் கொடியை சகாதேவனைப் போல் நீங்களும் பக்தியுடன் எடுத்துப் பயன்படுத்தி நோய்களை கட்டுப் படுத்திக் கொள்ளுங்கள்!



முலகம் என்ற

மு ள் அ ங் கி

அங்கி என்றால் கவசம் என்று பொருள். மேலங்கி அங்கவஸ்திரம் என்றெல்லாம் சொல்வது உடம்பை ஆடையால் போர்த்துக் கொள்வது அல்லவா? இப்படித்தான் முள் அங்கி இரும்பு கவசத்தை அணிந்து முற்காலத்தில் போர் வீரர்கள் போரிடுவார்கள். இத்தகைய முள் அங்கி தற்காலத்தில் மிஷ்சி யம் என்ற பொருள் காட்சி சாலையில் இருப்பதைக் காணலாம் ஆனால் இங்கு குறிப்பிடுவது இந்த முள் அங்கி அல்ல. காய்கறி தோட்டப்பயிராக விளைவிக்கும் முள் அங்கியைத்தான் சொல் லப்படுகிறது. இதற்கு நாட்டு வழக்குப்பெயர் ‘முள்ளங்கி’தான் சர்வ சாதாரணமாக இதனை எல்லாகாலத்திலும் நிறைய உணவு டன் பயன்படுத்துவது நமது நாட்டு வழக்கமாகும். மனத, பணி, குளிக்காலங்களில் சிலருக்கு உடம்புக்கு ஒத்துக்கொள் ளாது. இதை உட்கொண்டவுடன் தும்மல் மேல் தும்மல் போட்டு தலைில் நீர் ஏறி முகம் குறிச்சியால் சிவந்துபோகும்.

இப்படி தங்காத உடம்பை உடையவர்களுக்கு ஏதாகி லும் ஒரு நோய் இருந்து கொண்டேதான் இருக்கும் என்பதை இந்த காய்கறி முள்ளங்கி எடுத்துக் காட்டும். ஆனால் ஆரோக் கியமான உடலை உடையவர்களுக்கு இந்த முள்ளங்கி தொந்த ரவு ஒன்றும் செய்யாது. நல்ல தேக திடமும் போராடும் திறமை யும் உடைய வீரனுக்கு ஓர் இரும்பால் செய்த அங்கியை அணி வித்தால் அந்த பளுவையும் சுமந்துக் கொண்டு அலட்சியமாக வெற்றி நடை போடுவான். தோஞ்சான் ஆசாமிக்கு இரும்பு அங்கியை பூட்டினால் என்றெய்வான்? நடக்கும் போதே இந்த அங்கி அவனை முள்ளாக குத்தும். இது போல காய்கறி வகையில் முள்ளங்கியைக் கண்டு பயன்படுவோர்கள் எல்லாம் தோஞ்சான்மே என்றுல் அது மிகையல்ல!



முள்ளங்கி

இந்த முள்ளங்கியில் இரண்டுவிதமுண்டு. ஒன்று வெள்ளை இளமும், மற்றொன்று சிவப்பு இளமும். இதில் வெள்ளை இளம் தான் நமது நாட்டுக்குரியது. குணத்தில் இரண்டும் ஒன்றே யானாலும் சிறப்புத்தன்மைகளை உடையது வெள்ளை முள்ளங்கி ஒத்துக்கொள்ளாத உடம்பு இயற்கைக்குப் புறம்பாகி இருக்கிறது என்பதைக் காட்டும்.

முள்ளங்கியின் பொதுக்குணம்

இலை மிகக் குளிர்ச்சியைத் தரும். இதனால் நன்மையை விடக் கெடுதல் அதிகமென்றே கூறிவிடலாம். நகரத்தில் உள்ள வர்கள் முள்ளங்கியை வாங்கியதும் இலையை கழுத்தை முறிப்பது போல் முறித்து வீசி எறிந்து விடுவர். ஆனால் கிராமங்களோ, இதையும் சமையலுடன் சேர்த்து உண்டு ஜீரணம் செய்துவிடுவார்கள். முள்ளங்கியாகிய வேர் கிழங்கு உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு மிக மிக நல்லது. இதன் விதை சுக்கில நாசத்தை தடுத்து தாது புஷ்டியைத் தரும். மலத்தை இளக்கும் சிறுநீரை பெருக்கும், உடலுக்கு உஷ்ணத்தையும் உண்டாக்கி பசியை தூண்டுவதில் வெங்காயத்திற்கு சமமாகும். முள்ளங்கியைக் குறுக்கே அரிந்து பார்க்க, மனித அலையத்தின் உள்ளே இருக்கும் மூத்திர நீர் குண்டிக்காய் (KIDNEY) களை அரித்தது போல் பார்வைக்கு இருக்கும். எனவே இத்தகைய ஒருமைபாடுடைய பார்வைக்குறிகளைக் கொண்டே, இந்த முள்ளங்கியை சிறுநீர் சம்மந்தப்பட்ட நீர் ரோகங்களிலும் மூத்திர குண்டிக்காய்கள் தாபிதமாகி அதனால்வரும் நீரேற்றம், தலைவலி, குடல் சூலை, வீக்கம் முதலியவைகளுக்கும் கொடுக்கலாம் என்பதை ஒருவாறு யூகம் செய்யலாம். நமக்கு முன் வாழ்ந்த சித்தர்களும் இப்படித் தான் வாசனை பட்ட மாத்நிரம் நோயெல்லாம் விலகும் என்றார்கள்.

வாதங் கரப்பான் வயிற்றெரிவு சூலை குடல் வாதங் காசம் ஐயம் வன்தலை நோய் - மோதுநீர்க் கோவை பன்னோய் பல்சிலந்தி குன்மம் இறைப்புகடும்புள் கஞ்சுமீன்சோவு முள்ளங்கிக் கந்தத்தால் - (கும்பமுனி)

முள்ளங்கியை வாரம் இரண்டு முறை தவருமல் சாப்பிட வேண்டும். முள்ளங்கி வெங்காய சாம்பார், முள்ளங்கி பொறியல் மற்றும் பல காய்களுடன் சேர்த்து சமையலுடன் உட்கொள்வது நமது நாட்டின் பழம் பெரும் வழக்கு. இதையெல்லாம் வெறும் வாப் நாகு சிக்கா? அல்லவே அல்ல. தமிழ் நாட்டின் சமையல் முறையே ஓர் அற்புதமான உணவு மருத்துவ சிகிச்சை. பெரும்பாலும் நோய்களுக்கு நாள்தோறும் உண்ணும் மூலமே சரிகட்டி விடும் பெருமையும் - திறமையும் நம் நாட்டிற்கு உண்டு. முள்ளங்கியால் உண்ண வாய்வு, பித்த சிலேத்தும தொத்தரவுகளால் வரும் நோய்களான வயிற்றிர் எரிச்சல், குடும் நோய் ஆகிய எரிச்சல், சுவாச நோய், சளி இருமல், மண்டையிடி, நீர்க்கோவை, மூத்திர கோசங்கள், தந்த ரோகங்களான பல் நோய்கள், மேக ரோக கரப்பான் தினவு சொறிகளும் போதும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை.

“ஐயோ! இந்த முள்ளங்கி எனக்கு ஒத்துக்கொள்ளாதே, தின்றவுடன் திமதிம என்று உடம்புக்கு வந்து விடுமே” என்று முணு முணுக்கும் அப்பர்களும் உண்டு! என்ன செய்யலாம் வழி நடைப் பாதையில் திசை மாறிவிட்டவர்கள் கல், முள் காலை கைக்குத் போது இது வழிதானா என்று திடம் செய்துக் கொள்ள பாதையை நோக்கிய பின்பு, சரியில்லையே, அதோ! பாதை என்று சரிபாண பாதைக்கு வருவார்கள். அதுபோல கல் முள் குத்துகிறதே என்றால் வேறு வழி? முள்ளங்கியும் இயற்கை நிலையில் நின்று மாறிவிட்ட உடம்புக்கு முதலில் சிறிது (கல் முள் கைப்பது போல்) கிளர்ச்சியை உண்டு பண்ணும். உள்ளே இருக்கும் துர் நீரெல்லாம் நவதுவாரத்தின் வழியாக வெளியேற்றிய பிறகு முள்ளங்கி உடம்புக்கு முள் அங்கிபோல் பாதுகாக்கும்.

மலச்சிக்கல் உடையவர்கள் நீர் ரோகத்தால் பாதிக்கப்பட்டோர், அதிமூத்திரம், அல்லது நீரே இறங்காமல் தடைப்பட்ட போதும், தினவு, வயிற்றெரிச்சல் கானும் போதும், உடல் ஊதி நீர் பெருத்து குத்தல், குடைச்சல், வாத நோய்விக்கம் கண்டு அவஸ்தை படுவோரும், சுவாசம், கப நோய் இருமல் உடையவர்களுக்கு அடிக்கடி முள்ளங்கியைச் சமையலுடன் சமைத்து உண்டு வாருங்கள்.

இந்த முள்ளங்கியில் உப்பு எடுத்து (பிரண்டை உப்பு போல்) காய்ச்சுவதும் மிகப் பழங்காலத்தில் வழக்கில் இருந்த

தாக தெரிகிறது. தற்காலம் நவீன மருத்துவங்கள் பரவி விடவே இம் முறைகள் எல்லாம் சர்வ நாசமாகி விட்டன. இந்த முள்ளங்கி உப்பு தீராத நீர் ரோகங்களுக்கும், மூத்திர நீர், குண்டிக்காய், கல்லீரல், மண்ணீரல் பழுதடைந்த போதும், பித்த பாண்டு ரோகங்களுக்கும் இந்த உப்பை வழங்கி குணம் கண்டதாக பரம்பரை மருத்துவர்கள் கூறுவார்கள்.

முள்ளங்கி உப்பை தற்காலம் தயாரிக்க முடியாவிட்டாலும் பச்சையாகவே மேல் குறிப்பிட்ட நோய்களுக்கு தின்னலாம் சிறிது காரமும் விறுவிறுப்பும் உடையது. அளவுடன் அரை முள்ளங்கி மட்டும் சாப்பிட்டு வரலாம்.

முள்ளங்கியை இடித்துச் சாறு பிழிந்து தினமும் காலை ஒரு சங்களவு உன்னுக்கு சாப்பிட்டு வர மூத்திர குண்டிக்காய் ரோக நீர்த்தாரை, நீர்ப்பை ஆகியவைகளில் உள்ள குற்றங்களை நீக்கும்.

விதை

இது தாதுவை விரித்தி செய்யும் விதையைக் கஷாய மிட்டு அளவுடன் குடித்து வரலாம். இது வழக்கில் இருப்பதாக தெரியவில்லை. ஆயினும் பலவித விதைக்கொட்டைகள், வேர்கள், சமூலங்கள் சேர்த்து கொடுப்பதில் தற்பயன்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. முள்ளங்கி விதை சேர்த்து செய்யும் தாதுபுஷ்டி லேகியங்கள் மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்தவையாகும்.

முள்ளங்கிக்கு வேறு அகராதிப் பெயர் “மூலகம்” என்பது மூலம் என்றால் அடிப்படை தளம், அடி. வேர் என்று பொருள் “அகம்” என்ற இந்த உடம்புக்கு மூலமான கிழங்கு மூலகம் என்பதை இந்தவாக்கியம் உணர்த்துகிறது. எனவே இரும்பு உலோகத்தால் செய்த முள் அங்கி வீரனுக்குத்தான் உதவும். இயற்கை அன்னை தரும் (முள் அங்கி) முள்ளங்கியோ, நோயால் மெலிந்த நோஞ்சான்களை வீரனுக்கும் தகுதியை உண்டாக்கி முள் அங்கிகளை அணியவைக்கும் என்பதனை இதன் பெயரிலேயே நமக்கு விளங்க வைத்து விட்டனர். போகட்டும்! பழங்கால வீரர்கள் அணிந்த முள் அங்கியை தற்கால மியூசியத்தில் வைத்து காட்சி பொருளாகி விட்டதுபோல் இந்த கிழங்கு முள் அங்கியையும் பயன் படுத்தாமல் காய்கறிகளை காட்சிப் பொருளாக மதித்து அலட்சியம் செய்யாதீர்கள். முள்ளங்கியை வாங்க முத்துங்கள்! மூப்பினை நீக்கும்!! மூத்திர ரோகத்தை தீர்க்கும்!!!

கறிவேம்பு

பிரசக்தி என்ற வேம்புக்கட்டுரையை இரண்டாம்பாகத்தில் வாசித்த அன்பர்கள் இந்த கறிவேம்பு பற்றிய விஷயமும் எழுதியுள்ளனர். வேம்பு, மலைவேம்பு, சர்க்கரை வேம்பு ஆகியவைகளுக்கு விளக்கம் தந்தது போல இதனை அறிய ஆவல் போலும். கறிவேம்பு என்பது என்னமோ? அதுவும் கசப்பு ருசியாகத்தான் இருக்குமோ என்று நினைத்து விடாதீர்கள்! நாம் சமையலில் சாதாரணமாக நான்தோறும் சேர்க்கும் கறிவேம்பிலுக் கொத்து இருக்கிறதே அதைத்தான் கறிவேம்பு என்று அகராதிகள் குறிப்பிடுகின்றன. உணவுடன் உண்ணும் பலவித காய்கறிகளுடன் நம் நாட்டில் மிக பழமையான காலத்திலிருந்தே கறி பதார்த்தங்களுடன் சேர்ப்பது வழக்கம். எனவே, இதற்கு கறி வேம்பு, கறிவேப்பிலை என்றே முன்னோர்கள் பெயர் வைத்து விட்டனர்.

இந்த கறிவேம்பு பெரியோர்களைவிட சிறுவர்களுக்குத் தான் மிக அதிகமாக தெரியும்! ஏனெனில் காய் மார்க்கெட்டுக்குப் போவோரின் கண்கள் புதிதாக என்ன காய் வந்துள்ளது, இதில் எது உடம்புக்கு நல்லது? அதை பேரம் பேசினால் லதாக தேர்ந்து எடுத்துவருவதற்கே தேரமிருக்காது. வீட்டிலுள்ள தாய்மார்களும் அநேகம் பேர் கவனியாமல் வாணலியில் எண்ணையை ஊற்றி, கடுகு போடும்போதுதான் கறிவேப்பிலை நினைவுக்குவரும். காய் கூடையை அவசர அவசரமாக பார்த்து பின்பு இந்த அற்ப கறிவேப்பிலைக்கு பெரியோரை அனுப்புவதா என்று நினைத்துக் கொண்டே பள்ளிக்கு செல்லும் சிறுவனைக் கூப்பிட்டு அடே கண்ணு! நயினா!..... அடுப்பிலே கடுகு பொறியுது, சட்டுனு போயி கறிவேப்பிலை வாங்கி வாப்பா என்று சொல்லும் போது; எனக்கு இரண்டு பைசா கொடுத்தா போவேன் என்று சொல்லி தனது கமிஷனும் சேர்த்து வாங்கிக்கொண்டு ஒரு தொடியில் போய் வருவான். இப்படி வாங்கித் தந்த கறிவேப்பிலையை எப்படி மறப்பான்?

!!!வருக!!!

கறிவேப்பிலை சிறுமர வகுப்பைச் சேர்ந்தது. பொதுவாக இது காட்டில் வளர்ந்தாலும், நாடு நகரங்களில் உள்ள வீடுகளில் நான் தோறும் நுழையாவிடில் வீடு மணக்காது! வீட்டிலுள்ளவர்கள் மணம் மணக்காது! அடுக்களைச் சாமான்களும் கூட மணக்காது! நாட்டில் சிலர் இதனை பிரியமுடன் வளர்க்கவும் செய்கின்றனர். ஆனாலும் வியாபாரம் செய்யும் அளவு யாருக்கும் துணிவிருக்காது. குத்து செடி வளரும் காடுகளில் பயிராகும் இந்த கறிவேப்பிலை வியாபாரம் ஒரு குறிப்பிட்ட வகுப்பாரிடையே மட்டுமுள்ளது பரம்பரை பரம்பரையாகவே இந்த வமிசத்தவர்கள் தான் செய்து வருகின்றனர். எந்த அரசாங்கமும் இவர்களிடம் வியாபார வரியோ விற்பனை வரியோ அல்லது வருமான வரியோ வாங்க வில்லை. வாங்கவும் முடியாது! இப்படி ஓர் சட்டம்வந்தாலும் அரிசி வியாபாரிகளைப்போல் தங்க நாணய வியாபாரிகளைப் போல் அச்சம் கொள்ளவும் மாட்டார்கள். மலைக்குறவர் இனத்தைச் சேர்ந்த இவர்கள் ஆண்களாயினும் சரி, பெண்களாயினும் சரி அன்றாட வாழ்வைப்பற்றி கவலை கொள்வார்களே தவிர மேல்கொண்டு நாளைக்கு வேண்டும் என்ற சேமிப்பு எண்ணம் கிடையாது. நாகரீகம் என்பது பற்றி சிறிதளவும் கவலைப்படமாட்டார்கள். இவர்கள் பிரயாணம் செய்யும் ரயில், கறிவேப்பிலை பறிக்கும் காடு, விற்பனை செய்யும் மார்க்கெட்டு எல்லா-இடங்களையும் தன் சொந்த இடமாகவே பாவித்து விடுவது இவர்களின் வழக்கம். இப்படி வாழ்கின்றவர்களிடம் எந்த வரியைப்போட்டு எப்படி வசூல் செய்வது என்று திரு திருவென்று விழிக்கவேண்டியதுதான்!

முதுகில் கன்னங்கரேலென்ற ஓர் இளங்குழந்தை மடியிலோ அல்லது தோள்களிலோ கறிவேப்பிலை கொத்துகள் இவர்கள் குரல் கொடுத்து கறிவேப்பிலை விற்கும் பாணியே ஒரு தனி ரகம். இந்த ரகம் அடுக்களையிலுள்ள தாய்மார்களின் கவனத்தை ஈர்க்கும் சக்தி கொண்டதாக அமையும். ஒரு வீட்டில் சிறிது கருப்பு நிறமாக ஓர் குழந்தை பிறந்து விட்டால் போதும். இது கறிவேப்பிலை விற்கிறார்களே அவளிடம் வாங்கியதா? என்று நையாண்டி செய்வார்கள். இந்த வகையிலாவது அரிய வஸ்துவாகிய கறிவேப்பிலை கொண்டுவருபவர்களை சிறப்பு செய்வதும் நம் நாட்டின் பண்புதான்!

குணமும் பயனும்

கறிவேப்பிலைக்கு சிறப்பாக மணமுட்டும் குணம் அதிகம். அறுசுவை உண்டிக்கு அத்தியாவசியமான பொருள். உட

லுக்கு பலத்தை உண்டு பண்ணும். பசியை தூண்டும். பித்தத்தை தணித்து உடல் சூட்டையும் குறைக்கும். மனதில் உற்சாகத்தையும் கொடுக்கக் கூடிய காட்டு மூலிகை கறிவேம்பு! கும்ட்டல், வாந்தி, அஜீரண பேதி ஆகியவைகளையும் போக்கும். மேலும் இந்த கறிவேம்பிலுள்ள பித்த மிகுதியால் வந்த பைத்திய ரோகங்களும் விலகுவதாக சித்தர் வாகடநூல்களில் காணப்படுகிறது.

மேல்கண்ட குணங்களை உடையதால்தான் நாள்தோறும் தவறாமல் வீடுகளில் செய்யும் எல்லாபண்டங்களிலும் தாளிதம் செய்ய கருவேப்பிலையை பயன்படுத்துகிறார்கள். இதனைப் பயன்படுத்துகிறார்களே தவிர பண்டைய விதிமுறைகள் எல்லாம் மாறிப்போயின! இதை உணவில் ஏன் பயன்படுத்தவேண்டும்? பலர் தற்காலம் இதை சித்திப்பதில்லை. ஏதோ, தாளிதம் செய்தார்கள் என்று உணவுண்ணும்போது முதலில் இந்த கறிவேப்பிலைகளை பொறுக்கி இலை ஓரத்தில் ஒதுக்கிவிட்டுதான் சாப்பிட ஆரம்பிப்பார்கள். “எட்டான் வேலையை சித்தான் செய்வான்” என்பது பழமொழி. ஒரு நாடகத்திலே அரசன் தர்பார் சீன் வரட்ட! அதில் அரசன் கம்பிரமாக விற்று இருந்த போதிலும் சுற்றிலும் நாவு பேர் நின்று வெண்சாமரம் வீசுவார்கள். இவர்கள் குட்டி நடிகர்கள் தான். இவர்கள் இல்லாமல் பிரதம கதாபாத்திரமாக நடிக்வும் பிரதம நடிகனுக்கு எல்லாவு திறமை தான் இருந்தபோதிலும் ராஜசபை சோபிக்கமா? இது போன்ற பெருமைதான் கருவேப்பிலைக்கு உடலுக்கு பலத்தையும், சக்தியையும் தரும் பல கலப்புணவுகளை சமைத்து உண்ட போதிலும், அவைகளின் தீக்குணங்கள் நெஞ்சில் வந்து வாய் வழியாக எதுக்கெனக்கும் கும்ட்டல், வாந்தி போன்ற செய்களை உண்டாக்காமல் பண்புட்டி, செரிப்பித்து அந்த உணவுகளுடன் உறவாடி க்மே இறங்க வைக்கும் சக்தி கொண்ட இந்த கருவேப்பிலையை (தர்பார் சீன் முடிந்ததும் வீரட்டி அடிக்கும் விசிறி நடிகர்கள் போல) ஒதுக்கி விடுவது ஏவ்வளவு மதியினம்!

இஞ்சி, கருவேப்பிலை, கொத்து மல்லி, ஆகியவைகள் சமையல் கூறியின் இணைபிரியாத நண்பர்கள் என்று “சுப்பிரபணி” என்ற இஞ்சிக்கட்டுரையில் குறிப்பிட்ட வாசக அன்பர்களுக்கு நினைவு இருக்கலாம். இவைகள் ஒன்றோடு ஒன்று சேரும் போது ஜீரண உறுப்புக்களின் துணைவனாக நின்று அங்கு உண்டான ஆகாரக்குற்றங்களை நீக்குவதில் தன்னிகரற்று விளங்குகின்றன.

கறிவேப்பிலை துவையல்

பசுமையான புதிய கருவேப்பிலையை ஓர் பிடி எடுத்து நெய்யிட்டு வதிகிக்கொண்டு, அதற்கு தகுந்தபடி பழம்புரியைய கூட்டும், உப்பை வறுத்துக்கொண்டும், நாலு உலர்ந்த மிளகாயை நெய்யில் வறுத்து யாவும் அம்மியில் அரைத்து முதல் உணவுடன் நெய் கலந்து இரண்டு பிடி சாப்பிட்டபின், கருவேப்பிலை தாளிதம் செய்த மோர் சாதம் சாப்பிட்டுவர ஓயாத கும்ட்டல், வாந்தி, அஜீரண பேதி, உஷ்ணமாகி சப்தத்துடன் வெளியாகும் பேதி, சீதபேதி, பித்தத்தால் வந்த ஷயரோகம், செரியா மந்தம் வயிற்றுக் கோளாறு ஆகியவை நீங்கிப்போகும்.

வாய்வு பொருமலுக்கு கறிவேம்புச் சூரணம்

கறிவேப்பிலை, சுக்கு, மிளகு, சீரகம், இத்துப்பு, பெருங்காயம், சோற்றுப்பு ஆக வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து உலர்த்தி, பெருங்காயத்தை மட்டும் பொறித்து யாவும் தனித் தனியாக பெருங்காயத்தை ஒரு புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் இடித்து தூள் செய்து கலந்து ஒரு புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும் இந்த தூளை பேதியானாலும் சரி, அல்லது நான்கு நாட்களாக மலம் போகவில்லையானாலும் சரி, சோற்றை வடித்தவுடன் குடு ஆறி போகு முன்பு அதில் உருவாக்கிய நெய் ஒரு தேக் கரண்டி விட்டு தூளை அளவுடன் போட்டு பிசைந்து உண்ணவும், மலச்சிக்கல், பேதி இவைகளை இரண்டை யுமே நிறுத்தும் சக்தி இதற்கு உண்டு! மேலும் நாளிட்ட மந்த பேதி, கிராணி பேதி, குடல் பலஹிதப்பட்ட பேதி ஆகியவைகளும் நின்றுபோகும்.

கறிவேப்பிலை ஈர்க்கு கஷாயம்

குழந்தைகளுக்கு அஜீரண வயிற்றுவலி, பால் வாந்தி, செரியா மந்தம், பேதி ஆகியவைகளுக்கு இதன் ஈர்க்கு மேல் தோல் நீக்கி, தாய்ப்பால் விட்டு இடித்து சாறு பிழிந்து அதில் லவங்கம் ஒன்றும், இரண்டு திப்பிலியும் தூள் செய்து கலந்து அரை சங்கு (பாலாடை) வீதம் தினம் இரண்டு முதல் மூன்று வேளை கொடுக்க யாவும் விலகும்.



கறிவேப்பிலை

கபவாத சுரங்களுக்கு கஷாயம்

கறிவேப்பிர்க்கு, வேப்பிர்க்கு, முருங்கையிர்க்கு, நுணயிர்க்கு, நெல்லியிர்க்கு இவை சம அளவு ஒருபீடி தட்டிப் போட்டு அதில் சுக்கு, மிளகு, சீரகம்மூன்றும் அரைபலம் தட்டிப் போட்டு கஷாயமிறக்கி, (இரண்டு குவளை நீர் விட்டு) வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு முடக்கு வீதம் கஷாயத்தைக் குடித்துவர கபரோகம் (நுரையிரல் சம்பந்தப்பட்ட) சளி, இருமல் சுரம், வாத சுரம் ஆகியவைகளை நீக்கும்.

பைத்திய தோடம் நீங்க

பசுமையான கறிவேப்பிலையை எடுத்து அதனுடன் சிறிது சீரகம், மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து ஒரு புண்ணைக்காய் அளவு உருண்டை காலையில் செய்து வெறும் வயிற்றில், பித்தத்தால் வந்தபித்தநல், பைத்திய தோடங்களுக்கு அரை மண்டலம் முதல் ஒரு மண்டலம் தவறாது சாப்பிட்டுவர படிப்படியாக நாய் குறைந்து போகும்.

கறிவேப்பிலையின் அருங்குணம் நாள் தோறும் பயன்படுத்தும் அனைவருக்கும் தெரியவேண்டியது அவசியம். வெறும் மணமூட்டும் பொருளாக நினைத்து, சாப்பிடும் போது அதை நீக்கி சாப்பிடும் அநாகரீகப் பழக்கத்தை ஒழித்து கறிவேப்பிலையை உணவுடன் உள்ளுக்கு தள்ளுவேண்டும். அதுபோல துணையாசிரியர்கள், துணை நடிகர்கள் துணைத் தலைவர், அலுவலக உப சிப்பந்திகள் இவர்களால் தான் சமுதாய மணம் கமழுகின்றது. இவர்களை அந்த நிமிடங்களில் மட்டும் அற்பமாக எண்ணாமல் எந்த நேரத்திலும் நன்மதிப்புத் தர வேண்டும்.

கறிவேப்பிலை காணாத மங்கை

காடு மலை எங்கும் ஏராளமாக காணும் இந்த கறிவேப்பிலை திருப்பதி மலையில் ஒரு செடியைக்கூட காணமுடியாது! காரணம் என்னவோ? ஆணும் இம் மலையில் எழுந்தருளியுள்ள வெங்கடேச பெருமானுக்கு அலுமேலு மங்கைத் தாயார் எல்லா ஸ்ரீதனங்களுடன் வந்தபோது, கலியுக வரதன் "எல்லா சீருடன் வந்தனையா? என்று வினவ, "ஆம் சுவாமி" என்று மங்கைத் தாயார் தெரிவிக்கவும் கறிவேப்பிலை கொண்டு

வந்தனையா? என்று கேட்க அலுமேலு மங்கை திகைத்துத் போய் ஏழுமலைகளிலும் கறிவேப்பிலையைத் தேடியலைந்து காணாமல் போகவே, அதே வருத்தத்துடன் திருப்பதிக்கு தென்புரம் வந்து தங்கிவிட்டதாக வரலாறு தெரிந்தவர்கள் சொல்கிறார்கள். அதனால் தானே என்னவோ வீட்டில் கறிவேப்பிலை இல்லை என்று கணவரிடம் கூறாமல் நம் நாட்டு பெண்மணிகள் தனது பையன்களிடம் கமிஷன் கொடுத்து கறிவேப்பிலையை வாங்கி வரச் சொல்லுகிறார்கள்!

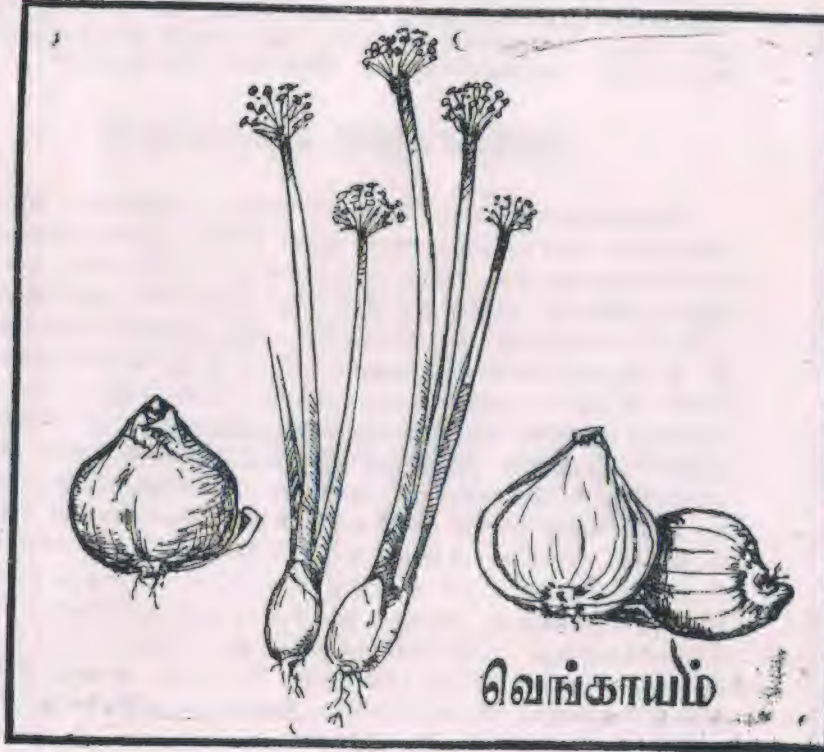
கறிவேப்பிலையோ வேப்பிலை
காய்கறிக் கெல்லாம் தாய்ப்பிள்ளை
அறிஞனைப்போல் உடலுக்கே
அன்றாடம்கொள் நோய் இல்லை



வெங்காயமும் நமது நாட்டின் மூலிகை இனத்தைச் சேர்ந்ததே. “குரங்கு ஏற்காத கிளையுண்டோ” என்றபடி வெங்காயம் சேர்க்காத மனிதருண்டோ? என்று கேட்கலாம்! தினசரி உணவுப் பண்டங்களில் சேர்க்கும் பச்சை இன மூலிகைகளில் இதுவும் இன்றியமையாத பொருள். காய் கறி மார்க்கட்டுக்குப் போகிறவர்களைப் பார்த்து, “இஞ்சி கொத்துமல்லிகட்டுக்குப் போகிறவர்களைப் பார்த்து, “கறிவேப்பிலை மட்டும் வாங்கி வந்துவிடாதீங்க, மறக்காம வெங்காயத்தையும் வாங்கி வாருங்கள்” என்று சொல்லும்போது, “நேற்றுதானே ஒரு கிலோ வாங்கிப்போட்டேன்! அதற்குள்ளேயா தீர்ந்துவிட்டது” என்று சொல்லவும், “அதற்கென்ன பன்றது நம் ரெண்டுப் பேரா இருக்கோம்; ஒரு மாசத்துக்கு வர, ஒன்பது பேர் இறக்கிற வீட்டில் கடுகு தாளிக்கிறுப் போல இத்துனுண்டு போட்டா போதுமா? வெங்காய சாம்பாரி வைத்துவிட்டால் போதும்! நீங்களே அதில் லேழுந்து நீச்சலடிக்கிறீர்கள், குழந்தைகளை கேட்கவா வேண்டும். இன்னிக்கு வெங்காய வடை போடச் சொல்லிவிட்டு நேத்து மாதிரி ஒரு கிலோ வாங்கிவராமெ இரண்டு கிலோ வாங்கி வாருங்கள்” என்று உத்தரவு போடும்போது முகத்தில் அசடு வழியும்! ஹும்! என்ன செய்வது! முதலில் வெங்காயத்தைப் பிடித்துக் கொண்ட பிறகுதான் மற்றைய காய்கறிகளை வாங்க வேண்டியுள்ளது.

முன்பெல்லாம் நமது நாட்டில் பயிராகும் வெங்காயமும் மிளகு போலவே வெளிநாடுகளுக்கு ஏற்றுமதியாகிக் கொண்டிருந்தது. வெளி நாடுகளில் எங்கெல்லாம் நம் நாட்டு மக்கள் குடியேறினார்களோ, அங்கெல்லாம் இந்த வெங்காயம் பயிராகி

எற்றுமதி குறைந்து விட்டது ! வெளிநாட்டின் மண்ணில் தற்போது வெங்காயம் பயிராகி வாழ்கிறது. ஆனால் அதை முதன்முதலில் அங்கு பயிரிட்டு வளர்த்த நம் நாட்டு மக்களை அங்கு வாழ விடவில்லை. பாடுபட்டு சேர்த்து வைத்த சொத்துகளை கூட பறிமுதல் செய்துகொண்டு கட்டிய துணியுடன் வெளியேற்றுகிறார்கள். வெங்காயம் பயிரிட்டு விற்பனைக்கூட பறி



முதல் செய்துவிட்டார்கள் என்று ரங்கூனில் இருந்து வந்த ஒரு அகதி சொன்னார். வெங்காயத்திற்கு மட்டும் பேசும் நிலைமை இருந்தால் “ஏ அயல் நாட்டுத் தோழா ! அவர்களோடு வந்த என்னை மட்டும் ஏன் நிறுத்திக்கொண்டாய்? அனுப்பிவை ! அவர்களோடு என்னையும்” என்று கேட்டிருக்கக் கூடும்.

வெங்காயத்தின் குண விசேஷங்களை தற்போது விஞ்ஞானக் கண்கொண்டு இன்னின்ன வைட்டமின்கள் இத்தனை பரிசன்ட் உள்ளது என்று ஆய்வு செய்து வெளியிடுகிறார்கள் என்றாலும் கூட, பண்டைய காலத்திலிருந்து நம் முன்னோர்கள் கையாண்ட வழி முறைகளை எடுத்துச் சொல்வதே சிறப்புடையதாகும்.

வெங்காயம் பூமிக்கடியில் உண்டாவதால் கிழங்குகளுக்கு உள்ள மாவுப்பொருள் இல்லாமல் இலைபோல உரிக்க உரிக்க தோலுறியும் தன்மையது. பூமியின்மேல் இலைவிடாமல் பசுந்தாள் வைக்கோல் போல வளர்ந்து சிறு வெள்ளைநிற பூக்கள் விடும்.

வெங்காயத்தின் குணதிசயங்கள்

இது சிறு கார்ப்பும், எரிச்சலும் உடையதாகையால் சீதளத்தைப் போக்கி உஷ்ணத்தையும், தடிப்பும் உண்டாக்கும். சிறுநீரையும் பெருக்கித் தள்ளி, நுரையீரலில் உண்டான கபத்தை அறுத்து வெளியாக்கும், அத்துடன் சளியூரும் சவ்வுகளின் அழற்சியை தணித்து தாதுக்களின் அழிவைத் தடுத்து உடலை போஷித்து காக்கும், முக்கியமாக ஆண்மை தத்துவத்தை பெருக்கும். சலதோடத்தையும் சீதள சுரங்களையும் போக்கும். உணவு பண்டங்களில் சேர்த்து சமைக்க மணத்தையும், ருசியையும், உண்டாக்கி கொழுப்புச் சத்து உள்ள பொருள்களை செரிப்பிக்க உதவும். வயிற்று நோய், குடல் சம்மந்தப்பட்ட அழற்சி, வலி, பேதி, மூலம், தாகம் முதலியவைகளை போக்க வல்லமையுடையது. நமது நாட்டில் வெங்காயம் உணவு மூலமாகவே மருத்துவப் பயனையளித்து வருகிறது.

வெங்காயத் தாள்

வெங்காயத்தானை மற்ற காய் கறிகளுடன் சேர்த்து சமைத்து உண்ண, உஷ்ணத்தால் வந்த நோய்கள், மூலரோகம், ரத்த வாந்தி, தாகம், மூலச்சூடு, முதலியவைகளும் போகும். இதை வாரம் ஒரு முறை சாப்பிடுவது நற்பயனை அளிக்கக் கூடியதே.

நம். நா. மூ. பா—6.

பூக்கள்

வெங்காயப் பூக்களை மட்டும் எடுத்து கசக்கி இரு கண்டளிலும்-ஒரு துளி விட கண்படலம் புகை போன்று காணல், கண்ணொளி மங்கிப்போகும் கண் நோய்கள் நிவர்த்தியாகும். பூக்களை நிறைய சேகரித்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு சூதக வலி, வாய்வு, மாதவிடாய் தாமதித்து காணுவது ஆகியவைகளுக்கு தினம் மூன்று முறை 5 அரிசி எடை அளவு வெந்நீரில் கலந்து கொடுத்துவர நீங்கும்.

வெங்காயம் (கிழங்கு)

ஒரு வெங்காயத்தை பச்சையாகவே மென்று தின்ன முத்திரைதாரையின் எரிச்சல், சிறுநீர் தாராளமாக இறங்காமல் கட்டிவிடல், நீர்கடுப்பு, (சொட்டு முத்திரை) முதலியன தீரும். உப்பை சிறிதளவு தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு வெங்காயத்தை துண்டாக அரிந்து அதில் உப்பைத் தொட்டு தின்றால் ரத்த வாந்தி, வயிற்றுவலி, குன்மம் அழற்சி இவைகள் சாந்தப்பட்டு போகும். வெங்காயத்தில் வெள்ளை ரகமானவை களைப் பொறுக்கி எடுத்து உலர்த்த மேல் தோலை நீக்கிவிட்டு வாணலியில் போட்டு நெய் விட்டு வதக்கி வெந்த பின்பு எடுத்து சாப்பிட்டுவர ரத்த பேதி, சீதபேதி, ஆசனக் கடுப்பு, மூல ரோகங்களும் போகும். உடல் குடு தணியும். வெளி மூலத்திற்கு மேல் கண்டபடி நெய் விட்டு வதக்கி நசுக்கி கட்டிவர குணமாகும்.

வெங்காயத்தை இடித்துப் பிழிந்த சாறு, கடுகெண்ணை இரண்டையும் ஓர் நிறையால் கலந்து கீல்வாதம், மூட்டுக்களில் வலி ஆகியவைகளுக்கு மேல் தடவிவர நீங்கும். திடீரென விழுந்து மயக்க நிலையாகி விட்டவர்கள் மூக்கில் சிறிது வெங்காயச் சாற்றை பிழிய மயக்கம் தெனியும். தேன் கொட்டிய குடைச்சல் வலி சாந்தமாக வேண்டுமானால் வெங்காயத்தை அறுத்து கடிவாயில் வைத்து தேயக்கலாம். வரண்ட இருமல், சளி, சுரம் நீங்கவேண்டுமானால் வெங்காயத்துடன் சிறிதளவு மிளகும் சீரகமும் சேர்த்து இடித்து 1 குவளை நீர் விட்டு காய்ச்சிய கஷாயம் அரை குவளை வீதம் இரண்டு மூன்று வேளை குடிக்க குணமாகின்றது.

செயின் ஸ்மோக்கர் என்று சொல்லக்கூடிய பீடி, சிகரெட் புகைக்கும் அன்பர்களுக்கும் சில சமயம் நுரையீரலில் கபம் கட்டி இருமல், கப் வாந்தி, ரத்த வாந்தி. அடிக்கடி சுரம் அடித்து சளிக்கட்டி படுக்கையாகி விடுவார்கள். புகைப் பழக் கத்தால் வந்த இந்த தொல்லைகள் தீவேண்டுமானால் வெங்காயத்தை இடித்து சாறு பிழிந்து அரை அவுன்ஸ் வீதம் தினம் ஒன்றுக்கு 4 வேளை குடிக்க மேல் குறிப்பிட்ட நோய்கள் விலகி புகையிலைப் புகையால் வந்த விடம் முறிந்து போகும். ஆனால் ஒரு பக்கம் வெங்காயச் சாறும், மறு பக்கம் தீப்பெட்டியும் சிகரெட்டும் வைத்துக்கொண்டு விளையாட வேண்டாம்.

வெங்காயமும் சமுதாயமும்

வெங்காய சாம்பார், வெங்காய வடை, வெங்காய பஜ்ஜி, வெங்காய தோசை, வெங்காய தயிர் சட்னி ஆகியவைகளால் மிக பிரபலமடைந்து விட்ட ஒட்டல்களும், சிறுநாட்டி சாலைகளும் அநேகம். மூன்று கல் தொலைவானாலும் சரி, ஜன நெரிசல் அதிகம் என்றாலும் லட்சியமில்லை. கியூ வரிசையில் நின்று இடம் பிடித்து சாப்பிட்டு வரும் பெருமை இந்த வெங்காயத்தை தான் சேரும். புவனேஸ்வர மகாநாட்டில் 'இம்' என்று சொல்ல முன்னே ஏழு நூறும் எண்ணூறும் என்று மின்சார அடுப்பில் தயாரான இட்லிகள் எல்லாம் இந்த வெங்காய சாம்பாரில் மிதந்த பின்னர்தான் உள்ளே தள்ளிவிடப்பட்டதாம். கட்சித் தலைவர் ஒருவர் எடுத்தற்கெல்லாம் 'வெங்காயம்! என்று கூறுவார். வெங்காயத்தைப்பற்றித் தெரியாதவர்கள் எல்லாம் தெரிந்து கொள்ளட்டும் என்றோ என்னவோ! இதை அறிந்த நம் நாட்டு மக்கள் அவரை தராசில் ஏற்றி எடைக்கு எடை வெங்காயத்தை பரிசாகக்கொடுக்க ஆரம்பித்து விட்டனர்! இப்படி எல்லாம் வெங்காயத்தின் பெருமை அடிபடுகிறதே என்று வெங்காய வியாபாரிகளாக இருக்கும் அன்பர்கள் விலை ஏற்றிவிட யோசனை செய்யாதீர்கள்!

சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரை வெங்காயத்தை தாராளமாக பயன்படுத்தலாம். துடுக்குத் தனம் செய்யும் பிள்ளைகளை கைநோக முதுகில் வைக்காமல் மெள்ள இந்த வெங்காயச் சாற்றை பிழிந்து கண்ணில் விட்டு வேடிக்கைப் பார்க்க, கண்டளில் உள்ள அழுக்கு எல்லாம் நீருடன் வெளியாகி கண் குளிர்ச்சியாகி துஷ்டத்தனமும் அடங்கிபோகும், கண்கூடு,

வெட்டைச் சூடு, மலச்சிக்கல் ஆகியவைகளுக்கு வெள்ளை வெங்காயம், சோற்றுக் கற்றாழை, பனங்கல்கண்டு சேர்ந்த முறை ஒன்றை நமது புத்தகம் முதல் பாகத்தில் 'குமரி நெய்' என்ற முறையில் கண்டு அதன்படி செய்து பயன் பெறலாம். வெள்ளை வெங்காயம் சேர்ந்த குமரி நெய்யை தொடர்ந்து சாப்பிட உஷ்ணம் தணிவதுடன், எடையும் கூடுதல் ஆகி தேகம் பருக்கும்.

வெங்காயமும் விவசாயிகளும்

வயலில் விழுந்து பாடுபடும் விவசாய பெருங்குடி மக்கள் வாய்க்கு ருசியான பண்டங்களைக் கொடுத்தாலும் சாப்பிடமாட்டார்கள். ஊசி போன்ற உயர்தர அரிசி வகைகளை பயிரிட்டு தமக்கு கொடுத்துவிட்டு, நாலு வெங்காயத்தை கடித்துக் கொண்டு வயிற்று நிறைய சொம்பு கூழை குடித்தால் தான் சாப்பிட்டது போலாகும். இந்த வெங்காய உணவுடன் வயிற்றில் போய் விழுந்தவுடன், புழுதியை சேருக கலக்கிப் போராட வீறு கொண்ட சிங்கம் போல் எழுந்திருப்பார்கள், வெங்காயம் நாட்டுப்புற மக்களுக்கு ஓர் இயற்கையான டாவிக் என்றே சொல்லிவிடலாம்.

வெங்காயமும் யோகிகளும்

பிரம்மச்சாரிகள், யோகிகள், சித்தர்கள் போன்ற சத்கர்மாக்களுக்கு வெங்காயம் உபயோகப் பட்டது. அதை விரும்பவும் மாட்டார்கள். ஆனால் சம்சார வாழ்க்கையில் ஈடுபட்ட விரும்புவோரும் ஏனைய பொது மக்கட்கும் வெங்காயம் அவசியம் தேவை என்பதை உணர்ந்த பெரியோர்கள் உணவுடன் சேர்த்து விட்டனர். "காயமே இது பொய்யடா காற்றடைத்த பையடா" என்று பாடியவர்கள் வெங்காயத்தை வெறுத்தனர்.

ஹோமியோபதி வெங்காயம்

ஹோமியோபதி வைத்திய முறையில் வெங்காயம் புகுந்து சக்கைபோடு போடுகிறது. "அல்லியம் சிபா" என்று இதற்குப் பெயர். அல்லியம் சிபா கலந்த கடுகளவு வெள்ளை மாத்திரைகளை சாப்பிட வெங்காய வாசனையோ மணமோ அல்லது ருசியோ தெரியாது! அவ்வளவு குட்சமமாக வெங்காயத்தின்

சக்தியை மட்டும் சர்க்கரை கலந்த மாத்திரையில் புகுத்தியுள்ளனர். "மலையத்தனை சுவாமிக்கும் கடுகத்தனை கற்பூரம்" என்ற பழமொழிபடி இந்த ஹோமியோபதி வெங்காய மாத்திரையை நாள்பட்ட வியாதியிலும் ஒரே விதீ அளவாகத்தான் கொடுப்பார்கள். குறிப்பாக அல்லியம் சிபா, மூக்கில் நீரோ மூகும் சலதோடும், கண் எரிச்சல் ஆகி நீர்வடிதல், நுரையீரல் சளியூரும் சவ்வுகளில் எரிச்சல், சிறுகுடல் சவ்வுகளில் எரிதல் போன்ற உணர்வு, குளிர்ந்த காற்றால் வரண்ட இருமல் தீவிர தொண்டைப்புண் நோய்கள், கண், வாய், மூக்கு, தொண்டை சிறு நீரகம் ஆகிய உறுப்புகளில் எரிவது போன்ற உணர்வுகள் ஆகிய இவை, மூடிய உஷ்ண அறையில் இருக்கும்போது சாந்தமாக இருப்பதும், திறந்த வெளியில் வந்தபோது அதிகமாக உபத்திரப்படுத்தல் போன்ற நோய்களுக்கு இதை 30 வீரியத்தில் பொதுவாகக் கொடுப்பது வழக்கம்.

டாக்டர் ஹெரிங், பாரிங்டன், கூப்பர் வெயித் போன்ற சிறந்த மேனாட்டு நிபுணர்கள் புகழ்ந்து எழுதியது இந்த வெங்காயம். "இடது பக்கம் வரும் பாரிசு வாய்வு முகத்தில் அடித்து கோணலாகி விட்டபோது இந்த அல்லியம் சிபா குணமாக்கியுள்ளது" என்று பிரிட்டிஷ் ஹோமியோபதி டாக்டர் ஜே. எச். கிளார்க் கூறியுள்ளார். இதை சின்னம்மை போடும் சமயம் குழந்தைகளுக்கு ஆரம்ப நிலையில் கொடுக்க நற்பயன் தரும்.

வெங்காயமும் சுக்கும்

வெங்காயம் காயந்தால் அழுகும். இஞ்சியை உலர்த்தினால் சுக்காகிவிடும். "வெங்காயம் சுக்கானால் வெந்தயத்தால் ஆவது என்ன" இது நம் நாட்டு சிலேடைப் பழமொழி. இதன் தத்துவப் பொருள் தெரியுமோ? குடும்ப வாழ்க்கையில் ஈடுபட்ட சுகபோகிகள் வெங்காயத்திற்கு சமமானவர்களே! சுகபோகிகளின் உடல் மூப்பு பிணி, சாக்காடுகளுக்கு இலக்காகும். இதை தடுத்து பிணி வராமல் ஆயுளை நீடிக்கச் செய்ய வெந்தயம் (வெந்த X அயம்) முறைபடி செய்த அயச்செந்தூரம் பயன் தரும். யோகிகளோ இஞ்சியைப் போன்றவர்கள். யோக சக்தி கொண்டு சித்தர்களாகி சுக்கு போன்று என்றும் கெடாதவாறு தேகத்தை தன்னிஷ்டப்படி ஆட்டிவைப்பார்கள். அழுகிப் போகும் உடலை கட்டுப்படுத்திய யோகிகளுக்கு வெந்த

அயத்தால் ஆவதென்னை? எனவே, போகியானவன் யோகிஸ் வரனாகி விட்டால் உடல் நிலைக்க காயகல்பம் சாப்பிட வேண்டியதில்லை என்பது தத்துவப் பொருள்.

ஆனாலும் குடும்ப வாழ்க்கையில் உள்ள அன்பர்கள் இதைப் படித்துவிட்டு, பிள்ளைக் குட்டி மனைவி மக்களையும் மறந்து; இந்த வெங்காயத்தையும் மறந்து பர காயப் பிரவேசம் செய்ய முயற்சி செய்யாதீர்கள். நாமெல்லாம் வெங்காயந்தான்! சுக்காக மாற முடிபாதல்லவா? வாழ்க வெங்காயம்!



அரசு

அரசு என்ற பெயர் மூலிகை இனத்திலும் உள்ளது. ஆனால் இந்த 'அரசு' என்ற சொல்லுக்கு இயற்கையிலேயே ஒரு தனி மதிப்பு என்றும் உண்டு உலகத்தில் மனிதன் தோன்றி அரசு செயல்துவதற்கு முன்பே பல உயிரினங்களில் அரசனை இறைவன் தோற்றுவித்துள்ளார். இதைக் கண்டுதான் மானிடர்களும் தமக்குள் ஒரு அரசனை தேர்ந்தெடுத்து இருக்கக் கூடும். இறையருட் சக்தி ஒவ்வொரு கூட்டத்திற்கும் ஒரு தலைவனை அரசனாக்கியுள்ளது, அதுபரம்பரை பரம்பரையாகவே தொடர்ந்து வருகிறது. எந்த காலத்திலும் இந்த அரசு இனங்கள் மாறியதே இல்லை. அதன் குணங்களும் மாறியதில்லை. பறவை இனத்தில் ராஜாணி (கருடன்) அரசன். "உயர உயர பறந்தாலும் ஊர்க்குருவி ராஜாணியாகுமா?" என்றும் சொல்வார்களே! அது போல மிகு இனத்தில் இன்னும் சிங்கம்தான் அரசு வழி பரம்பரை. பாம்பு இனங்களில் நாகராஜா! இவ்வளவு ஏன்? தேனீக்களை எடுத்துக்கொள்ளுங்கள் ஒரு கூட்டத்திற்கு ஒரே ராஜா ஈ! ராணி ஈ! இவையாவும் இயற்கையின் சக்தியை எதிர்த்துப் போராடாமல் தன் பரம்பரை வழியாகவே செல்கின்றன பகுத்தறிவற்ற உயிரினம். ஆனால் இனி மனிதன் ஒருவன்தான் இயற்கை சக்தியை வெல்லுவேன்! என்று மார்தட்டி பேசி, தாம், உண்ணும் உணவு தானியங்களை தலைதட்டி அளந்தான். அவைகள் நம் தலைகளை வெட்டுகிறார்களே "மதிக்கெட்ட மனிதன்" என்று சினத்து ஓடிப்போய் பதுங்கிக் கொண்டுவிட்டன. உணவு தானியங்களுக்கு அரசன் அதனைப்



அரசு

பயிரிடும் உழவனும், விற்பனை செய்யும் நாணயமான வியாபாரிகளும் ஆவார்கள். அரசன் அரிசி விற்கலாமா? “அரசு” என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் கூறுவதானால் அது இயற்கை நியதியுடன் இணைத்து விட வேண்டும். பிரமாண்டமான விநாயகனில் அக்கி, இத்தி, ஆல், அரசு, புரசு என்று சொல்லுவார்களே அதிலே மரங்களுக்கு எல்லாம் ராஜா இந்த அரசுதான். வறக்கமாக இதனை மக்கள் அரசமரம் என்பார்கள். இப்பெயருடைய சித்தர்கள் வைத்ததே! பொருத்தமான பெயர் அல்லவா?

உலகில் மனிதனுடைய பல்கிப் பெருகி ஆரோக்கியமாக வளர தாவர இனங்களாகிய மூலிகைகள்தான் மூல காரணமாகின்றது. இவைகளின் சக்திகளை இருவிதமாக கூறலாம். ஒன்று “சந்தான கரணி”, மற்றொன்று “சல்வியகரணி”. இப்பெயர் கொண்ட மூலிகைகளும் நம் நாட்டில் உண்டு. இதை அனைவரும் பார்க்க முடியாது. சல்வியகரணி என்பது உடலுக்கு ஊறு விளைவிக்கும் சக்திகளை தடுத்து பாதுகாக்கக் கூடியது. ஆகவே இதைத் தடுக்க வேண்டும். மகாபாரதத்தில் சல்வியன் சமீபிட்டு விளையாடிய விந்தை, “சல்வியகரணி” மூலிகை கையால் வரப்பெற்றதுதான் காரணம். சல்வியனின் அங்கமெல்லாம் போராடியதாக பாரதம் கூறுகிறது அல்லவா? இரண்டாவது “சந்தானகரணி” இது பெண் சக்தி. உற்பத்திக்கு மூலகாரணமாக நிற்பது. மனோ சக்தியைப் பெருக்கும். அன்றாடம் வாழ்க்கை, தாய்மையைக் காக்கும், தீய சக்திகளைத் தடுத்து, கீழ்ம விகளைத் தொலைக்கும். இம் மூலிகைகளைக் கண்டவர்கள்தான் சித்து விளையாடிய சித்தர்கள். இவைகளை பாமர மக்களாகிய நாம் காணமுடியாவிட்டாலும் கூட, இவைகளின் சக்தி கொண்ட பல மூலிகைகள் இன்றும் நம் வாழ்க்கைக்கு உதவுகின்றன. இந்த வகையில் சல்வியகரணிக் கொப்பானது தான் “அரசமரம்”. சந்தான கரணிக்கு ஒப்பானது “வேம்பு”. நம் நாட்டில் இந்த விருட்சங்களும் சேர்ந்த இடங்கள் பூலோக சுவர்க்கம் என்றே கூறிவிடலாம் மருந்தால் தீராத பிணிகளும், மனக் கவலைகளும் இந்த இடங்களுக்கு பக்திசிரத்தையுடன் சென்றுவர, சூரியன் கண்ட பனி போல் விலகும் என்பது நம் முன்னோர்களின் வாக்கு. எனவே வேம்பு என்று பராசக்தியைப் பற்றி வாசகங்கள் படித்ததுபோல, இந்த அரசமரத்தின் மகிமையை காணலாம்.

நம். நா. மு. பா-7.

அரசமர மகிமை

இந்த அரச மரம் நீண்ட ஆயுளைப் பெற்றது. சிவபெருமானின் அம்சம்! இதன் மேல் பட்டுவரும் காற்று தெம்பையும் உற்சாகத்தையும் ஊட்டும். உடலுக்கு சக்தியைத் தரும். இந்த இலைகள் மற்ற மரங்களின் இலைகளைப்போல் இல்லாமல் கீழ்நோக்கி இருக்கும். இந்த இலைகளின் சைசலப்பு ஒலி சகல பாவத்தையும் ஒழிக்கும். காற்றடிக்கும் போதெல்லாம் இதன் இனிமையான நீர்தம் ஒலிக்கும். அரச இலை ஒலியும் ஆலயமணி ஓசையும் சேர்ந்து அமைதிபெற வந்த மக்களின் மனப்புண்ணை யெல்லாம் ஆற்றி விடுவதில் நிகரற்றவையாதம். அரசமரத் தடிக்கு ஆற்றல் சக்தி அதிகம். “கல்லையும் மரத்தையும் கும்பிடும் கண்ணற்ற குருடர்களே! எங்கள் தேவனைப்போற்றுகள்! பாவமன்னிப்பு பெறுங்கள்” என்று மதப்பிரசாரம் செய்யும் அன்பர்கள் கூட அரச மரத்தடிக்கு அன்போடு சென்றால் அவர்கள் ஆவிக்கும் ஆறுதல் அளிக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.

மர நிழலின் பயன்

அரசன் தன் குடிமக்களுக்கு அன்பு காட்டுவதுபோல் அரசமரமும் உயிர்களிடத்து அன்பு வைத்து அதனிடம் வந்தவர்களை எல்லாம் ஆதரிக்கிறது. “அரசன் எவ்வழி குடிமக்கள் அவ்வழி” என்பது பழமொழி. அதுபோல அரசமரத்தின் நிழலில் தங்குவதால் மனதிற்கு அமைதியையும், உடல் சூட்டையும் தணிக்கும். இம் மரத்தின் நிழலில் தங்கி களைப்பாறுவோருக்கு மனதில் ஏதோ ஒரு கனமான பொருளை இறக்கி வைத்ததுபோல உணர்வு உண்டாகும். அரசமரம் இல்லாத சிவாலயங்கள் இருப்பது நம் நாட்டில் அரிது. இம் மரத்தை நம் நாட்டு மக்கள் தெய்வமாகவே வழிபாடு செய்து வருவது பரம்பரை வழக்கமாகும்.

மருத்துவப் பயன்கள்

வேர்ப் பட்டை, மரப் பட்டை, விதை இலை ஆகியவை மருத்துவப் பயன்களை உடையது. வேர்ப் பட்டை, மரப் பட்டை, நுண் கிருமிகளை நாசம் செய்யும். புண்களை ஆற்றும், சூட்டைத்

தணிக்கும். இலைக் கொழுந்து சுக்கில சுரோணித தாதுக்களின் வெப்பத்தை தணித்து அந்த தாதுக்களை அழிக்கும் பூச்சிகளையும் கொல்லும் சக்தி கொண்டது. அரசமர பழ வித்து மலச்சிக்கலை நீக்கி, ஜீரண உறுப்புகளின் குற்றங்களையும் தொண்டை வறட்சி, தொண்டைப்புண், தாதுக்களின் குற்றங்களை போக்கி விந்து வைக்கட்டும்.

வேர்ப் பட்டையை ஒரு பலம் எடுத்து சிதைத்து சட்டியில் போட்டு ஒரு குவளை நீர் விட்டு அரை குவளையாக்கி சிறிது சர்க்கரை காய்ச்சிய பசுப்பால் கலந்து காபி போல் குடித்துவர, வெட்டைச் சூடு, மூத்திர தாரை எரிச்சல், திளவு, சொறி, நமட்டுச் சிறங்குகள் யாவும் குணமாகும்.

மரப்பட்டையை எடுத்துலர்த்தி இடித்து தூளாக்கி இரும்பு வாணலியில் போட்டு கருக்கி தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு வேண்டும்போது தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து உடம்பின் மேல் காணும் ரணம், சொறி, சர்மப் புண்களுக்கு தடவிவர யாவும் குணமாகும். இந்த தூளை இரண்டு சிட்டிகை எடுத்து நீரில் வைத்து வடிகட்டி அதை கொடுக்க விக்கல், தொண்டை கட்டு, குரல்வளை சம்பந்தமான நோய்களும் விலகும். அரச மரத்தின் அடி மரத்தை கீறினால் பால் வரும். அந்த பாலை காலின் பாதங்களில் வரும் பித்த வெடிப்புகளில் தடவிவர வெடிப்புகள் மாறும்.

அரசம் பழம்

அத்திப்பழ இனத்தைச் சார்ந்தது. மிகச் சிறியதாகவும் துவர்ப்பும், சிறிது இனிப்புடையது. அத்திப் பழத்தைப் போலவே இது ரத்த விருத்தியும் குறிப்பாக சுக்கிலத்தின் குற்றங்களை நீக்கி உடல் சூட்டைத் தணித்து மலச்சிக்கலைப் போக்கும். பழ விதைகளைச் சேகரித்து எடுத்துலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து தினமும் காலை மாலை காப்பிக்குப் பதில் பாலும் சர்க்கரையும் சேர்த்து தவறாமல் உண்டு வர அழிந்துபோன சுக்கிலத்தையும் உண்டாக்கி அதிலுள்ள பிண்டோற்பத்தி ஜீவ அனுக்களை பெருக்கும். ஆண் மலட்டை நீக்கும். சந்ததி விருத்தியாக அரசமர நிழலும் அதன் உறுப்புகளும் சிறப்பு மிக்கது என சித்தர் வாகட நூல்கள் கூறுகின்றன.

இலைக் கொழுந்து

இலைக் கொழுந்தை அரைத்து ஒரு கொட்டைப் பாக்கு அளவு காய்ச்சிய பசும்பாலில் கலந்து தொட்டித்து மண்டலக் கணக்கில் சாப்பிட சுக்கிலம், சுரோணிதம் ஆகியவைகளின் குற்றங்களை நீக்கி கருதரிக்க ஏதுவாகிறது. மேலும் இலைக் கொழுந்தை கஷாயமாக்கி குடிக்க சுரங்களைப் போக்கும். தாகம் தணிக்கும். முக் குற்றத்தையும் சமமாக்கும். உடல் குளிர்ச்சி பெறும்.

சந்தான விருத்திக்கு

விவாகமாகி பல ஆண்டுகள் குழந்தையில்லாமல் ஏங்கித் தவிக்கும் தம்பதிகளுக்கு குழந்தை வரமானிக்கக் கூடிய மஹாசக்தி படைத்தது அரசமரம். அம் மரத்தின் கண் பிரம்மா, விஷ்ணு, சிவன், ஆகிய தெய்வங்களின் அம்சம் நிறைந்ததாக இந்து மத சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. அதிகாலையில் எழுந்து நீராடி வேற்புவும் அரச மரமும் உள்ள இடங்களுக்குச் சென்று ஆணும் பெண்ணுமாக தம்பதி சமேதராய் இம் மரங்களை 108 தரம் வலமாக சுற்றிவர வேண்டும். இப்படிச் செய்வதால் பல பிறவிக்களில் செய்த பாவங்கள் நிவர்த்தியாகின்றன. குறிப்பாக ஒரு சில குடும்பத்தில் சந்ததி இல்லாமல் போவது முன் பிற வியில் மரம் செடி கொடிகளாகிய மூலிகை இனங்களை அகாரணமாக அழித்து விடுவதால் சந்ததி அற்றுப் போவதாக பெரியோர் சொல்வார்கள். மூலிகைகளின் மூலங்கள் (வேர்) யாவும் பிரம்ம சொரூபமாகவும், அடி மரம் கொடிக் காய்புகள் விஷ்ணு அம்சமீகவும், இலை யாவும் சிவசக்தியாகவும் நமது சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

மூலதோ பிரம்ம ரூபாய் :
மத்யதோ விஷ்ணு ரூபணே
அக்கரதே சிவ ரூபாய் :
விருக்ஷ இராஜாயதே நம :
விருக்ஷ இராஜா என்றால் மரங்களுக்கு எல்லாம் அரசன். "அரசு மரத்தைச் சுற்றியவுடன் அடிவயிற்றைத் தொட்டுப் பார்த்தானாம்" என்பது நம் நாட்டுப் பழமொழி. அவ்

வளவு ஆவல்! குழந்தை இல்லையே என்ற ஏக்கத்தால் கவலை கொண்ட தம்பதிகள் பக்தி சிரத்தையுடன் மேல் கண்ட ஸ்லோகத்தை மனதாலும், உதடுகளாலும், சப்தம் வெளி வராமல் பாராயணம் செய்துகொண்டு தெய்வ சிந்தனையில் ஐக்கியமாகி வலம் வருவது நிச்சயம் பலனளிக்கும். முயற்சியுடையோர் இகழ்ச்சியடையார் அல்லவா? சந்ததி வேண்டுமோர் முயற்சி செய்து பலன் காணுங்கள்.

அரசமரீவர் மேல் விரண்மாற்று மவ்வித்து
வெருவவரும் சுக்கில நோய் வீட்டும் - குரல்வளை நோய்
தாக மொழிக்குங் கொழுந்து தாதுதரும் வெப்பகற்றும்
வேக முத்தோடம் போக்கும் மெய். [—(தம்பமுனி)]





காந்தம் இரும்பை இழுக்கும் என்பது அனைவருக்கும் தெரிந்த ஒன்று. இதுபோல் மூலிகையிலும் காந்தம் உள்ளது. ஏன் இவ்வுலகும் ஏனைய பிரபஞ்ச கோளங்களும் ஒன்றுக் கொன்று ஆக்ரஷண சக்தியால் இழுக்கப்பட்டு இயங்குவது போல கவர்ச்சி என்ற இந்த காந்த சக்தி இயற்கையாக வளரும் மூலிகைகளிலும் நிரம்பிக் கிடக்கின்றன. இன்னும் சொல்லப் போனால் மனிதப் பிறவியிலும் இத்தகைய ஆற்றல் படைத்தவர்கள் ஒவ்வொரு காலத்திலும் இருக்கத்தான் செய்தனர். ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர், சுலாமி விவேகானந்தர், மகாத்மா, அறிஞர் அண்ணா, நேரு போன்றவர்கள் பெயரைக் கேட்டதும் நம் மனதிற்கு ஓர் கவர்ச்சி உண்டாகிறது அல்லவா? இம் மாதிரி கவர்ச்சியுடைய மூலிகைகளுக்கு பேசவும், நடமாடவும் முடியாதே தவிர மானசீக உணர்வும் அதற்கு தகுந்த இயக்க சக்தியும் உடையவைகள் தாம்.

காந்த மூலிகையில் பலவகையுண்டு.

(1) தொட்டால் சிணுங்கி. இதை மனிதர்கள் தொட்டவுடன் இலைகள் சுருங்கி மூடிக்கொள்ளும்.

(2) நின்ருல் சிணுங்கி. இது மனிதர்களின் நிழல் அதன் மேல் பட்ட மரத்திரம் இலைகள் சுருங்கி மூடிக்கொண்டு விடும். நிழல் சுருங்கி என்றும் இதற்கு பெயர்.

(3) ரத்தச் சுருங்கி. இது மனித காற்றுப்பட்டாலே போதும் இலை மூடிக்கொண்டு செடியின் இலை சிவந்து போகும்.

(4) நிலம் புரண்டி என்ற மற்றோர் வகை காந்தச் செடி உண்டு. இது மனித வாடைப் பட்டதும் நிலத்தில் உருண்டு பாம்புபோல சலசலக்கும்.

(5) திகைப் பூண்டு என்ற ஓர் இனம். இதுவும் ஓர் காந்த மூலிகையே! தன்னைக் காலால் மிதித்து விட்டவர்களை இந்த செடி சும்மா விடாது! திகைப்பை உண்டு பண்ணி திசை தெரியாமல் மயங்கச் செய்துவிடும். இவையாவும் மனித சஞ்சார மற்ற இடங்களில்தான் இனவிருத்தி செய்துகொண்டு வாழும். இதில் முதல் சொன்ன தொட்டால் சிணுங்கி மட்டும் சுலபமாக காணலாம். மற்றவைகளை மிகவும் அரிதாகத்தான் காண முடியும். மேலும் இதன் செய்கைகளையும் குணங்களையும் பொதுவாக அனைவரும் தெரிந்து வைப்பது சமூகத்திற்கு நன்மை தராது என்று கருதிய சித்தர்கள் மறைத்தே வைத்து சாபத்தையும் கொடுத்துவிட்டனர். தொட்டால் சிணுங்கியை பற்றி மட்டும் நன்மை பயக்கும் இரண்டொரு விஷயங்களை குறித்துள்ளனர்.



தொட்டால் சுருங்கி அதேகமாக பலருக்கு தெரிந்திருக்கலாம். இது தரையோடு படரும் செடி இனத்தைச் சேர்ந்தது. புளியன் இலைப்பேர்ன்று, ஆனால் அதைவிட மிகச் சிறியதாகவும் இதன் காம்பு பாதி அளவாகி இருக்கும். செடியின் காம்பில் சிறு முட்களும் காணும். காம்பிலிருந்து நீளமான குச்சி போன்ற மலர் காம்பு நீண்டு முனையில் உருண்டை வடிவமான மலர் பூத்து இளம் சிவப்பு நீலமாக, (வன்னி மரத்தின் பூவைப்போல்) காணும். பொதுவாக இது சதுப்பு நிலங்கள் ஆற்றின்

கரையோரம், மணல் நிறைந்த பூமியிலும் ஏராளமாக வளரும். சிறுவர்கள் இதன் இலைகளை தட்டிவிட்டு மூடிக்கொள்வதைக் கண்டு களிப்பார்கள். இந்த இலைகள் தலையை வணங்குவது போல் சுருங்கி விடுவதால் என்னமோ இதற்கு சமஸ்கிருத மொழியில் “நமஸ்காரி” என்று அழைப்பார்கள்.

செய்கையும் குணமும்

இதன் இலையும் வேரும் மருத்துவப் பயன் தரும். இம் மூலிகை உடலில் இயங்குவதைவிட மனதில் தான் உணர்ச்சியும் குணமும் பிரதிபலிக்கின்றன. ஆனால் உடலுக்கும் சக்திபை அளித்து உரம் பெறவும், சிற்றின்ப வேட்கையை (காம வர்த்தினி) தூண்டவும் உதவும். பொதுவாக இச் செடியானது மனோசக்திக்கு ஒப்பான காந்த சக்தியுடையதாகையால் பூமியில் இருந்து பிடுங்கி எடுத்து பயன் படுத்துவதைக் காட்டிலும், பூமியில் வளரும்போதே இதை தொடுவதன் மூலம் நாம் நல்ல சக்தியைப் பெறக்கூடும் என்பது சித்தர்களின் வாக்கியமாகும்.

இம் மூலிகை குணம் தொட்டால் மனதில் பிரதிபலிக்குமா? இது எங்ஙனம் சாத்தியமாகும் என்ற சந்தேகம் சிலருக்கு எழலாம். தற்கால விஞ்ஞான சக்தியால் வானவெளியில் “டெல்ஸ்டார்” சாதனத்தை அனுத்தி அதன் மூலமாக ஒரு கண்டத்திலிருந்து மற்றோர் கண்டத்திற்கு டெலிவிஷன் செய்தி, ரேடியோ ஒலி அலைகளை அஞ்சல் செய்கிறார்கள் அல்லவா? அதுபோலத்தான் இந்த காந்தச் செடியும் மனதை மனதால் அறிந்து பயன் அளிக்க வல்லது. மனிதன் விஞ்ஞான சக்தியை பயன்படுத்தி அறிவின் திறமையால் பல செயற்கை பொருள்களை வாழ்க்கைக்குப் பயன் படுத்துவது போல பகுத்தறியும் திறன் அற்ற உயிர்களான மரம், செடி, கொடிகளும் அதனதன் சக்திக் கேற்றபடி பிற உயிரினங்களுக்கு உதவி வருகிறது என்றால் மிகையல்ல.

தொட்டு அஞ்சலி செய்வதனால்

காந்த மூலிகையான தொட்டால் சினுங்கியை தான் தோறும் தொட்டு அஞ்சலி செய்து கொண்டுவர மனதில் எழுந்த எண்ணங்கள் சொல்லாலும் செயலாலும் உருவம் பெற்று இயங்க ஆரம்பிக்கும். இந்த மூலிகையை தொட்டுப்போது அதன்

சக்தியெல்லாம் நமது விரல்கள் மூலமாக (மின் விசைப்போல்) நமது உடலுக்கு பாய்கிறது. அதனால் அதன் இலைகள் சக்தி இழந்துபோய் வாடி விடுகின்றது. மீண்டும் பூமியில் இருந்து சக்தியை எடுத்து மறுபடியும் விரிகின்றது தொட்டுப்போது மனிதனின் கண் என்ன நினைவு உண்டாகிறதோ அந்த எண்ணம் இச் சக்தியால் செயல்பட முயற்சியாகும். இதுவே இம் மூலிகையின் சிறப்பு குணம்.

மானசீக சக்தி

மானசீக சக்தியில் தொட்டால் சினுங்கியும் வன்னி மரமும் ஒன்றே ஆயினும், வன்னி பக்தியுடையவர் மனதிலும், தெய்வீக சக்தி கொண்டதாகவும் இறை வணக்கத்திற்குரிய அர்ச்சனைப் பாத்திரமாகவும் திகழும். தொட்டால் சினுங்கி மாந்திரீகத்திற்கும் தன்னை நாடி வந்தவர் நல்லவர், கெட்டவர் எல்லோருக்கும் உதவக் கூடியது. மாந்திரீக முறையில் இது வசியம் (ஆக்ரஷணம்) செய்து பகை வெல்ல பண்டைய கால மக்கள் பயன் படுத்தியதாக தெரிகிறது.

“பகரவே இன்ன மொரு மொரு மூலிகேளு

பாங்கான சினுங்கியப்பா காப்புக்கடி

நிகரவே பூசையிடு மந்திரத்தால்

நினைவாக ... ? !!

உத்தமனே தூபமிட்டு வைத்துக்கொள்ளு” - (சுவடி)

மேல் கண்ட பாடலில் ‘நினைவாக’ ‘உத்தமனே’ என்ற வரக்கீயங்கள் குறிப்பிடத் தக்கவை. நல்லவை நினைக்க நற்புயன் விளையும். தீயவையான கெடுதல் நினைப்பதால் தனக்குமே பிறருக்கும் துன்பம் தான். ஆகவே உத்தமனே என்பது எவ்வளவு ஆழமான பொருள் பாருங்கள்!

இயற்கைக்கு முரண்பட்ட கனவிலும் நினைக்கக் கூடாத, தகுதியற்ற, கீழ்த் தரமான, முறையற்ற துர் எண்ணங்களைக்

நம் நா. மு. பா. — 8.

கோண்ட ஒருவர் கருத்துக்கும்-கற்பனைக்கும் ஒவ்வாத காரியங்களை மனதில் நினைத்துக்கொண்டு இந்த மூலிகையைத் தொட்டால் அவைகளுக்கும் பலன் உண்டு! அதாவது புத்தி மழுங்கல், பிதற்றல், சித்தம் சுவாதினமற்று போதல், தீராத நோய் தொழுநோய், பைத்தியம் போன்ற கோளாறுகளும் ஏற்படலாம். இவ் விஷயம் விளங்க கர்ண பரம்பரையாக வந்த ஒரு கதைபுண்டு. “காட்டின் வழியே நடந்து சென்ற ஒருவன் கொடுமையான வெய்யிலுக்கு ஒரு மரத்தின் நிழலில் தங்கினான். சுகமான் மர நிழல் காற்றில் களைப்பாறியவன், பசிக்கு ஏதாவது கிடைத்தால் புசிக்கலாம் என்று நினைத்தானும். உடனே உணவு வந்து எதிரே நின்றதாம்! அதைச் சாப்பிட்டுவிட்டு மீண்டும், ஒரு கட்டில் இருந்தால் படுக்கலாமே என்று நினைத்தானும், கட்டிலும் வந்ததாம்! அதில் படுத்துக்கொண்டு இப்போது ஒரு பெண் வந்து காலைப்பிடித்தால் நன்றாக இருக்கும் என்று நினைத்தானும், பெண்ணும் வந்து காலைப் பிடித்தாளாம்! இப்படி நினைத்த அவன் ஒருவேளை இங்கு புன் வந்துவருமா? என்று நினைக்க புலியும் வந்ததாம்! இதைப் பார்த்த அவன் ஐயோ! இது நம்மை அடித்து தின்று விடுமோ என்று நினைக்கவும் புன் அவனை அடித்துத் தின்றுவிட்டதாம். ஆகவே இம் மாதிரி கற்பனை உலகத்தில் இருப்பவர்களை இந்த கருந்த மூலிகையை தொடராமல் இருப்பதே நலம் என்பதற்கு உத்தூ உதாரணமாகும்.

தல்ல எண்ணங்களாலும், தல்ல சொற்களாலும், நம் செய்கைகளாலும் தீராத பல நோய்கள் தீர்ந்து போகின்றன ! மெஸ்மர் என்ற மேனூட்டு நியூனர் தன் மனோ சக்தியால் சிக்கலான நோய்களை குணப்படுத்தியுள்ளார். மெஸ்மரிஸம், ஹிப்னாடிஸம், மாக்ஸிடாஸம், என்ற சிகிச்சை யாவும் காந்த சக்தி என்னும் மனோ சக்தியால் இயங்குபவைகளே. இது போல மருந்துகள் பல தன்றும் தீராத நோய் உடையவர்கள் தொடர்ந்து சிணுங்கியை ஒருமை மனதுடன் உடல் சுத்தம் மனோ சுத்தமாகித் தோட்டு நான் தோறும் அஞ்சலி செய்து நோய் நீங்க வேண்டுதல் செய்துகொண்டால் அவை நீங்கக் கூடும்.

தொட்டாற் சினுங்கியும், துளசியையும் ஒருங்கே வைத்து சில இடங்களில் வளர்ப்பதுண்டு, இவைகளை வழிபாடு செய்து அஞ்சலி செய்துபர பகை நீங்கி, வளம் பெற்று குடும்ப ஒற்றுமையும் சுபிட்சமும் ஒங்கும் என்பது நம்பிக்கை !

மேல் நாட்டாரும் இந்த மூலிகைக்கு “சென்ஸிடிவ்” பிளான்ட் என்று சொல்லுவார்கள். இவர்களும் இதன் மேல் ஓர் நல்லெண்ணம் கொண்டு வளர்ப்பதாக தெரிகிறது. அதாவது இந்த மூலிகை இலையை தொட்டு தலையிலிருந்து மாபு

வரையில் கை இறக்கி பின்பு, அதே வலக்கையால் வலது புஜத்தையும், நேரே இடது புஜத்தை தொட்டு (கிறிஸ்துவ சிலுவைக் குறியை) வணக்கம் செலுத்துவார்கள். இது அவர்களுக்கு தற்காப்பு செய்வதாக நம்பிக்கை. இன்றும் இதைக் கண்ட தெய்வமாக போற்றுவோரும் உண்டு.

மருத்துவ முறைகள்

தொட்டால் சினுங்கியின் இலைதரும் வேரும் உடல் பிணி
களுக்கும் பயன்படுகிறது வாதத்தால் வந்த வீக்கங்கள், மேக
நீர் கீல்வாதம் ஆகியவை கரைய வேண்டுமானால் இதன்
இலையைக் களிமண்ணுடன் அரைத்து வீக்கம் கண்ட இடங்
களில் பற்றுப் போட்டுவர அவை நீங்கும். வேரும், இலையும்
சம அளவாக எடுத்துலர்த்தி, இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த
தூளை 10 முதல் 15 அரிசி எடை பசும் பாலுடன் குடித்துவர
சிறுநீர் சம்பந்தமான நோய்கள், மூலச்சூடு, ஆசனக் கடுப்பு
முதலியன போவதுடன் உடல் உரம் பெற்று பலமாகி, சிறநினை
பத்தால் மன நிறைவு பெறும்.

நற் சீந்தனை

இம் மூலிகையைத் தோடும்போது ஒருவர் நினைக்க வேண்டியது மூன்று விஷயமேயாகும். இதுவே சமுதாயத்திற்கும் அடிப்படை. (1) பசி, (2) பிணி, (3) பகை ஆகிய இம் மூன்றும் ஒவ்வொருவரையும் விட்டு விலகினால் உலகமே சுவர்க்கலோகமாகி விடும். பசியை உடைய நாடு, பகையும் பிணியையும் வளர்த்து நலிப்தே போகும் என்பதை எடுத்துச் சொல்லவேண்டியதே இல்லை.

“ பசியும் பிணியும் பகையும் நீங்கி

வசியும் வளனும் சுரக்க". - [மணிமேகலைக் காதை]

இந்த நினைவு நிறைவேற்றக் கூடியதும் நற்சிந்தனையுமாகும் அல்லவா? காந்த மூலிகையைத் தோடும்போது நினைவு கூறங்கள்!



எட்டி மரம்

இந்தியாவுக்கே உரிய மர இனங்களில் எட்டியும் ஒன்று. பெரு மர வகுப்பைச் சேர்ந்த இது அடர்ந்த காடுகளில் தான் காணப்படுகிறது. “மரம் பழுத்தால் பொவாங்கு வா வென்று கூவி இரந்தழைப்பார் யாரும் இங்கிலா. கண்டிர்” என்ற செய்யுள்படி எந்த மரம் பழுக்க ஆரம்பித்தாலும் அந்த பறவைக் கூட்டங்கள் கூடிக் களித்துண்டு கும்மாளம் போடும். மனிதர்களும் இப்படித்தான்! கருணையுள்ள படைத்த செல்வந்தர்களிடம், இல்லாதவர்கள் சென்று பிய்த்துப் பிடுங்கித் தின்பார்கள. இந்த எட்டி மரம் இருக்கிறதே இது பழுத்து பார்வைக்கு மிக அழகாக சிவந்த நிறத்தோடு இருந்த போதிலும் எந்தப் பறவை இனங்களும் இதை உணவாக கொள்வது இல்லை. மாண்ட வர்க்கத்திலும் இத்தகையேயர் உண்டு. இவர்களுக்கு எவ்வளவு பணம் இருந்த போதிலும், தனக்கே அல்லது பிறர் செய்யும் நற் செயலுக்கே உதவுவதில்லை. வாய்ச் சொல் எட்டிப் பழம்போல மிக அழகாகத்தான் இருக்கும். செயலில் ஒரு காரியமும் நடவாது. இந்த உலகத்தப் பிரபுக்களை நாடியவர் வந்த போதும் சரி “இதோ பாருங்க, பிறரை நான் ஏமாற்ற மாட்டேன், மத்தவங்களிடம் நானும் ஏமாற மாட்டேன்” என்று முதலில் எச்சரிக்கை விட்ட பின்தான் பேச்சை ஆரம்பிப்பார்!... போகட்டும், “எட்டிப் பழுத்தாலென்ன! ஈயாதார் வாழ்ந்தாலென்ன?” ஆனால் இப்படி ஒரு கஞ்சுத்தனமுடை போர்கள் ஊருக்கு ஒருவராவது இருக்கத்தான் வேண்டும். இங்கு யென்றால் தீர்மசிந்தையும் தயாள குணமுள்ளவர்களின் சிறப்பு எப்படி தெரியும். காடுகளில் நிறைய வளரும் எட்டி கூட நூறு நகரங்களில் அங்கொன்று இங்கொன்றுமாக இருப்பதைக் காணலாமே!



எட்டி இலை

எட்டி மரத்தை எல்லோரும் பார்த்திருக்க முடியாது என்றாலும் ஏதாவது கைப்பு ருசியை சுவைக்கும் போது “அப்பா எட்டிக் கசப்பு” என்று சொல்வது சகஜமாகி விட்டது. எட்டி மரம் அடி வேர் முதல் மரப்பட்டை, இலை, காய் பழம் யாவும் கைப்பு ருசியை உடையதுதான் எனவே இதை உணவு மருந்துமாக பண்டங்களில் சேர்த்துப் பயன்படுத்துவது கிடையாது. நாட்டு மருத்துவத்தில் கூட இதனை தனித்துக் கொடுக்காமல் பல மருந்துகளுடன் சேர்த்துக் கொடுப்பது தான் வழக்கம்.

மருத்துவ குணமும் பயனும்

பொதுவாக வேர்ப்பட்டை, மரப்பட்டை, இலை, பழம், கொட்டை ஆகியவைகள் உஷ்ணத்தை உண்டாக்கி வாய்வை அகற்றும். மலத்தை உடைத்து நீராக்கும். அத்துடன் சிறு நீரைப் பெருக்கித் தள்ளிவிடும். குறிப்பாக நரம்பு மண்டலத்தில் வேலை செய்து நரம்பு சம்மந்தமான வாத வாய்வு ஜோகங்களை போக்கும் என்பதாக கருதப்படுகிறது. இதில் கொட்டைக்குத் தான் அதிக வேகமும் விஷத் தன்மையும். இது உடலை உரமாகக் கும். பலத்தை தரும் என்றாலும் கொட்டையைத் தனித்து உபயோகிப்பதில் பற்பல நோய்களை சிறுகச் சிறுக உண்டாக்கி உயிரை போக்கும். ஆனாலும் விஷத் தன்மையுடைய இது பாம்பு முதலிய விஷக்கடிகளுக்கு ஏற்றதாகும். சில மருத்துவர்கள் விஷபேதி, காலராவுக்கு உபயோகிப்பார்கள்.

காலராவுக்கு

வேர்ப்பட்டை: வேரில் உள்ள பட்டையை மட்டும் உரித்து அரைபலம் அளவு எடுத்து சிதைத்து மண் சட்டியில் போட்டு 1 குவளை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டிய கஷாயத்தை மூன்று வேளை குடிக்க வாந்தி பேதி, விஷ பேதி, ஆகியவை திடீரென கண்டு வீழ்ச்சியடைந்து விட்ட போதும், காலரா நோய் கண்ட போதும் நற்பயன் தரும். எட்டி வேர் பட்டையை சேகரிக்கும் போது வடக்குபக்கம் போகும் வேரில் இருந்து எடுக்கவேண்டும் என்பது நாட்டு மருத்துவ சம்பிரதாயமாகும்.

விஷக் கடிகளுக்கு

பாம்பு கடிகள் முதல் சகலவித விஷக் கடிகளுக்கும் வேர்ப் பட்டை நல்ல பயனைத் தரக்கூடியது. வுட பாகம் செல்லும்

வேரை வேண்டுமளவு எடுத்து உரித்து மேல்பட்டையை மட்டும் எடுத்துக்கொண்டு அதை எலுமிச்சம் பழச் சாற்றில் ஊரவைத்து உலர்த்தி இடித்துத் தூள் செய்து பத்திரப் படுத்தவும். விஷக் கடியால் வேதனை மிகுந்து உடம்பெங்கும் வீங்கி குளிர்ந்த வியர்வைவிட்டு வலி, குடைச்சல் கண்டபோது தும்பை இலை, சிவனார் வேம்பு ஆக இரண்டும் சேர்த்து ஒரு கைப்பிடி எடுத்து சிதைத்து சட்டியில் போட்டு ஒரு குவளை நீரில் கொதிக்கக் காய்ச்சி அதில் மொச்சை அளவு இந்த வேர் தூளை போட்டு தினம் இரண்டு வேளை விஷக் கடிகளும் முறிந்து போக வேர் பட்டை வேண்டும். எல்லா விஷக் கடிகளும் முறிந்து போக வேர் பட்டை மட்டும் தனியாக எடுத்து உலர்த்தி இடித்து மெல்லிய தூளாக துணியில் சலித்து வைத்துக்கொண்டு அதை மூக்கில் பொடி போடுவது போல் தசியமிட வேண்டும். இம் மாதிரி வான விஷக் கடிக் சிகிச்சைகளுக்கு எல்லாம் பத்தியம் முன் கட்டுரைகளில் பாம்பு கடிக் மூலிகைகளில் குறிப்பிட்ட பத்தியங் களையே அனுசரிக்கலாம்.

மரப் பட்டை

பட்டைகளை வெட்டி மேலே உள்ள தோலைச் சீவி எடுத்து உலர்த்தி இடித்து குரணமாக செய்து கொண்டு வாத வலிகள் நாள்பட்டு போனவைகளுக்கும், நரம்பு வலிகள், நரம்பு இசிவு ஆகியவைகளுக்கும் இரண்டு குண்டுமணி அளவு வெந்நீரில் கொடுக்க விலகும். மரப்பட்டைகளை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு பலம் நல்லெண்ணையில் விட்டுக் காய்ச்சி பதமாக்கி வைத்துக்கொண்டு சொறி, சிரங்கு, புண் புரைகளுக்கு மேலே தடவி வரலாம். தேள் கடி விஷம் குடைச்சல் நீங்க, இதன் பட்டைத் தூள் இரண்டு குண்டுமணி அளவு இரண்டு சோற்றுப்பு சேர்த்து ஒரு கருப்பு வெற்றிலையால் மடித்து வாயில் போட்டு மென்று தின்ன தேள் கடி விஷம் சாந்தமாகும்.

இலை

பொதுவாக இலையின் உபயோகம் வழக்கில் இல்லை யாயினும் நாள்பட்ட வாத நோய் உடையவர்களும், நரம்பு வலி, குடைச்சல் உடையவர்களும் இலையை ஒரு பிடி நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி அந்த நீரில் தினமும் குளித்துவர குணப்படும்,

வேனில் கட்டிகள் கரைந்து போக

இளந் துளிகளை புதுச் சட்டியில் போட்டு வதக்கி எடுத்து மை போல அரைத்து அந்த அளவு வெண்ணையுடன் கலந்து சிவந்த நிறமுடைய கட்டிகள் பழுத்து உடையாத போது இதை அங்கு மட்டும் பற்று போட்டுவர கட்டிகள் கரைந்து போகும்.

பழம்

இதுவும் பொது வழக்கில் பயன் படாதது தான். எனினும் மகா குட்டரோகம், பெரு வியாதிகளுக்கும் இப் பழத்தின் ரசத்தை முறைப்படி பிழிந்து சிவனார் வேம்புக் குழித் தைலம், பற்பசெந்தூரங்களுக்கு அனுபான தூளை மருந்தாகக் கொடுப்பது சித்தர்களின் அனுபவ முறைகளாகும்.

எட்டிக் கொட்டை

பழத்தினுள் இருக்கும் இக் கொட்டை தட்டையாக நாணயம் போல் வட்டமும் மத்தியில் சிறு பள்ளம் விழுந்தும், வெல்வட்டு என்று துணி போல மிருதுவான சுண்களாகும். எட்டிக் கொட்டை விரைந்து கொல்லா விட்டாலும் கூட நாளடைவில் பல கெடுதல்களை விளைவித்து உயிருக்கு ஆபத்தை உண்டாக்கும். இதை நாட்டு வைத்தியர்கள் கூட தனித்துக் கொடுக்க மாட்டார்கள்! எனவே இதன் ரகசியத்தை நன்கு அறிந்த நந்தி, போகர், புஷ்பாணி, தேரையர், தன்வந்தரி, யூகி முனிவர், அகத்தியர் போன்ற சித்தர்கள் கண்ட முறைகளில் இதை அளவோடு பல மருந்துகளுடன் கூட்டியும், தீக்குணங்களை முறித்தும் மருந்தாகச் செய்து உபயோகித்ததாக பல பழைய ஏட்டுச் சுவடிகளில் காணக் கிடக்கிறது. நந்தி மெழுகு, இரச கெத்தி மெழுகு, மூசாம்பர மெழுகு, மகா விடமுட்டித் தைலம், இலகு விடமுட்டி என்று சொல்லப்படும் சிறப்பு வாய்ந்த சித்த வைத்திய முறைகளில் இந்த எட்டிக் கொட்டை உபயோகம் சேர்க்கப்படுகிறது. இம் மருந்துகள் வாதவிகளை என்பவருள் பஞ்சவாகம், தனுர் வாதம், நடுக்கு வாதம், குமரகண்டம், குயல் கண்டம், உதறவாதம், காக்கைவலி, சந்தி இறுப்பு, குட்டி நாது நடத்தலால் வரும் பல ரோகங்களை எதிர்த்து

பாண்டு நீர்க்கோவை, மூல ரோகம், மலபந்தம், பேதி முதலிய நாள்பட்ட வியாதிகளுக்கு சிகிச்சை செய்வது வழக்கமாகும்.

எட்டிக் கொட்டை ஏராளமாக ஏற்றுமதியாகிறது. தூத்துக்குடி துறைமுக கிடங்குகளில் சென்று பார்ப்போமானால் இந்த எட்டிக் கொட்டை முட்டைகள் தான் ஏராளமாக விழுந்து கிடக்கும். மேனாட்டு ஆங்கில மருத்துவ முறைகளில் இதைத் தனித் தயாரிப்புகளாக [பச்சை வெட்டு, குருட்டிரகஸ்] தூளாகவும், மதுசாரம் கலந்த டிங்சாகவும், எகஸ்டிராக்ட் சத்தாகவும், டிகிரிஸ்டல் உப்புகளாகவும் தயாரித்து விற்பனை செய்து வருகிறார்கள். எட்டிக் கொட்டை - உப்பு ஓர் கொடிய நஞ்சாகும். நஞ்சுத் தன்மையுடைய நோய்களில் இது உபயோகமாகாது. கூட, எட்டிக் கொட்டைத் தனித் தயாரிப்பு, சித்த மருத்துவத்தில் ஒப்புக்கொள்ளப்படாத, வழக்கில் ஓர் முறை என்று ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. ஆனால் காடு வனங்களில் தனித்து தவசியாக வசிக்கும் சாதுக்கள் எட்டிக் கொட்டை - யை முறைப்படி குறிப்பிட்ட காலம் வரையில் அளவாக உண்டு உடனையும் மனதையும் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளுகின்றனர். இப்படிச் செய்துகொண்டவர்களின் உடலை விஷ ஐந்துக்கள் தீண்டினால் அவைகள் தாம் இறக்குமே தவிர சாதுவின் உடலுக்கு அழிவேற்படாது.

ஹோமியோபதியில் எட்டிக்கொட்டை

எந்தவிதமான கொடிய நஞ்சுத் தன்மையுடைய மருந்துகளையும் இம் முறையில் தயாரித்து உயர்ந்த வீசியத்தில் தனித்துக் கொடுக்கலாம். அநேகமாக எல்லாவித மருந்துகளும், கடுகளவும் மிளகளவும் உள்ள சிறுசர்க்கரை உருண்டை மாத்திரைகளாகவும் திரவங்களாகவும் இருக்குமே ஒழிய, உயிரைப்போக்கும் ஊசி மருந்துகளோ, தொண்டையை அடைக்குமளவு பெரிய மாத்திரைகளோ, இம்முறையில் கிடையாது. அவ்வளவு தூய்மையானதும், சித்தர்களின் தத்துவங்களுக்கு ஒப்பானது இந்த ஹோமியோபதி முறை. இதிலும் தற்காலம் மாறுப்பட்ட கருத்துகள் வளர ஆரம்பித்து விட்டன. ஹோமியோபதி மருந்தின் சடகுபத்தைக் கண்ணால் பார்க்க முடியாது. எட்டிக் கொட்டைக்கு

எம். நா. மு. பா. - 2.

தால் எட்டிக் கொட்டையின் சத்து கோடியில் ஒரு பங்கு கூட "நக்ஸ்வாமிகா" என்று பெயர். நக்ஸ்வாமிகா 30 X என்ற புட்டியில் உள்ள ஒரு மாத்திரையை பரிசோதனை செய்து பார்த்தால் எட்டிக் கொட்டையின் சத்து கோடியில் ஒரு பங்கு கூட காணாது! இப்படி வீரியம் செய்யப்பட்ட எட்டிக் கொட்டை ஒரு ஆழர்வ குட்சம் சக்தியுடையதாக மாறுகிறது. இம் மருந்து உடலில் வேலை செய்வதை விட மனதில் தான் ஆழ்ந்து வேலை செய்து குட்சம் சக்தியை ஆன்மாவை சரிப்படுத்துகிறது. உடலில் பச்சை எட்டிக் கொட்டை தின்றவர்களுக்கு என்னன்ன அவஸ்தைகள் கெடுதல்கள் உண்டாகுமோ? அந்த மாதிரி யான நோய் உடையவர்களுக்கு எல்லாம் இந்த நக்ஸ்வாமிகா 30 X நிச்சயமாகவும், நிரந்தரமான குணமும், அபாயமின்றியே அளிக்க வல்லது. மிக முக்கியமாக இங்கிலிஷ் மிக்சர், மாத்திரை, ஊசி, மருந்துக்களை அடிக்கடி உபயோகித்து உடம்பைக் கெடுத்துக் கொண்டவர்களுக்கு இதைக் கொடுத்துவர கெடுதல் யாவும் முறிந்து போகும். தீராத மூல ரோகத்திற்கு நக்ஸ்வாமிகா 30 X மாலை நேரத்தில் ஒரு வேளையும், தொடர்ந்து 1 மாதம் கொடுக்க பூண்டோடு நோய் நீங்கிவிடும். வாத ரோகம், மூளை, முள்ளத்தண்டுக் கொடி, கழுத்துக் கண், கை, கால் நரம்புகளைப் பற்றியும், குடல், ஈரல், சிறுநீர்ப்பை ஆகியவைகளைப் பற்றிய போதும், நக்ஸ்வாமிகா 30 X மிகவும் பயனுடையதாகிறது. குடிக்காரர்களுக்கு உள்ளுறுப்புகள் அழிந்தபோதும், திடீர் மாரடைப்பு நோய், இரத்த மூலம், சித்பேதி ஆகியவைகளும், கருத்தரித்த மங்கையர்களுக்கு காணும் மசக்கை வாந்தி, குட்டில் மற்றும் ஈரல் நோய், காமாலை, மலச்சிக்கல் ஆகிய நோய்களுக்கெல்லாம் மாலை நேரத்தில் கொடுக்க நன்கு பயன் தரும் என்று இ. பி. நாஷ் என்ற மேநாட்டு நிபுணர் கூறுகிறார். அதிலும் முன்கோபக்காரர் எடுத்த தற்கெல்லாம் குற்றம் சுண்டுபிடிக்கும் சுபாவமுடையோர், அற்ப விஷயங்களுக்கெல்லாம் எரிந்து விழுவோர், சப்தங்களை சதிக்க முடியாமல் கோபமடைவோர் போன்ற அதிபணர்ச்சியுடைய நோயாளிகளுக்கே 'நக்ஸ்வாமிகா' 30 X சிறப்பாக வேலை செய்யும் என்பது ஹோம்யோபதி சித்தாந்தம்.

எட்டிக் கொட்டையை தவறி உண்டுவிட்டவர்களுக்கு கொட்டை நீக்கிய கடுக்காயை 5 பலம் எடுத்து 1 படி நீரில் நன்றாக கெதிக்க காய்ச்சி அரையாழக்காக தினம் இரண்டு மூன்று வேளை கொடுக்க விஷம் முறியும். கம்மாறு வெற்றிலையை மட்டும் வாயில் போட்டு மென்று தின்று வரலாம் அல்லது

அரைத்து சிறிய எலுமிச்சம் பழம் அளவு விழுங்கச் செய்யலாம், அல்லது கெட்டி மிளகும் வெந்தயமும் சம அளவாக சேர்த்து வெந்நீரில் அறைத்து அந்த அளவு வெண்ணையுடன் கலந்து வைத்துக்கொண்டு நெல்லிக்காய் அளவு 2 முதல் 4 வேளை ஐந்து நாள் கொடுக்க எட்டிக் கொட்டை விஷம் தணிந்து போகும்.

எட்டி மரத்தையும் சமூகத்தையும் ஒப்பிட்டால் கிட்டே வராமல் எட்டிதான் நிற்கும். இதுபோல உள்ள மனிதர்களும் இருக்கிறார்களே என்று மற்றவர் பெருமைப் படுவார்களா? இல்லை. "உம் எட்டி மரமானாலும் பச்சென்று இருக்கட்டும்" என்றுதான் சொல்லுவார்கள் அல்லவா? வாழ்க எட்டி மரம்!





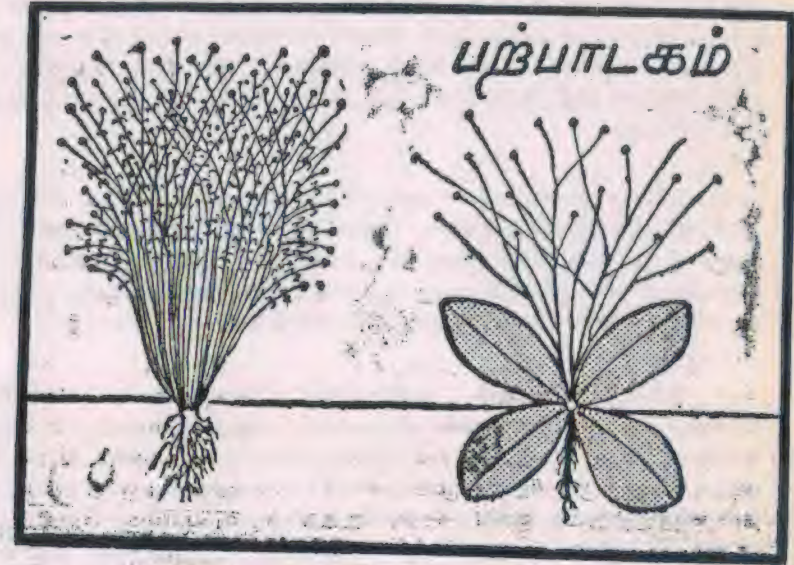
பற்பாடகம் என்ற இந்த பூண்டினத்தை தெரியாதவர்கள் பலர். தெரிந்தவர்கள் சிலர்தான் இருக்கக் கூடும். -கிராமங்களில் கூட இதை இளம் வயதினர்களும், பள்ளிச் சிறுவர்களும் தெரிந்து வைத்து இருப்பார்கள். நகரத்தில் உள்ளவர்களுக்கு இப் பூண்டு என்னவென்றே தெரியாது என்று கூறிவிடலாம். காலம் அவ்வளவு வேகமாக மாறி, நாகரீகத்தின் விளைவாக நல்லவை எல்லாம் மறைந்தே வருகின்றன. ஒருவேளை நகரங்களில் உள்ள பழைய நாட்டு மருத்து கடைக்காரர்களுக்கு இது நிச்சயமாக தெரியும். தொன்று-தொட்டு பரம்பரையாக வந்த நாட்டு வைத்தியர்களுக்கு இந்த பற்பாடகத்தின் குணங்கள் நன்கு தெரியும். ஆனாலும் மிக சுலபமாக பிறர் நலம் கருதி வெளியிட மனம் வராத காரணத்தால், நமது நாட்டின் பழம் பெருமை வாய்ந்த மருத்துவ முறைகள் யாவும் அழியவும் அந்நிய மருந்துகள் நம் நாட்டு மக்கள் பேரில் குதிரை ஏற்றம்போட ஆரம்பித்து விட்டன !

பற்பாடகம் என்ற இது குப்பைமேனி, அம்மாம் பச்சரிசி, கீழாநெல்லிபோல் எளிதில் கிடைக்கக் கூடியது தான். சுமார் அரை முதல் ஒரு அடி உயரம் வரை வளரும். இப் பூண்டு மெல்லிய கம்பி போன்று வளர்ந்து, ஊசி போன்ற இலைகளையும் சிறிய குண்டுசி போன்ற கதிர்களையும் உடையதாக இருக்கும். சுமார் கடுகளவுள்ள இதன் கதிர்கள் வாயில்பேர்ட் குழகுழப்பாக இருக்கும். இது அநேகமாக பனி, மழை காலங்களில் மேடான சமவெளிகள். குன்றுகள், பரறைகளின் சரிவு இரும்புச் சத்துள்ள

மண் பூமிகள் ஆகிய இடங்களிலும் இருப்புப் பாதையோரங்களில் ஏராளமாக வளருவதைக் காணலாம்.

பொதுக் குணம்

பற்பாடக பூண்டு பொதுவாக உடல் வெப்பத்தை தணிப்பதில் காளும் வாழையைப் போன்றது. எல்லா விதமான சுரங்களுக்கும் ஒண்ணும் நெம்பச் எதிரி இந்த பற்பாடகம் ! சீதள, வாத, கபசுரங்கள், பித்த சுரங்கள், விஷ சுரம், விடாது அடிக்கும் சுரங்கள் யாவற்றிற்கும் தன்மை தரும். வியர்வைப் பெருக்கி உடல் நார்ந்ததையும் அழுக்கையும் போக்குவதில் கஞ்சாங்கோரை என்னும் நாய்த் துளசிக்கு நண்பன். பசியைத் தூண்டுவதில் 'சுப்பிரமணி'க்குச் சகோதரன். மலத்தை இளக்கி வெளியாக்குவதில் அம்மாம் பச்சரிசி, புளியம்பழ ஒடு, வாழைப்



பழம் ஆகியவைகளுக்கு இணையானது. கண் ரோகங்களில், பொண்ணுக்கண்ணி, அருகம்புல் போன்றது. பற்பாடகம் தனித்து கிராம வழக்கத்தில் உபயோகமாகிறது. இது கீழாநெல்லி போன்றே அநேக மூலிகைகளுக்கு நண்பன். ஒவ்வொரு மூலிகையோடு சேரும்போதும் அதன் தன்மைகள் குணங்களுக்கு ஏற்றவாறு

இந்த கசாயம் போடுவதில் கவனிக்க வேண்டிய முக்கிய விதி யாதெனில் காய்ச்சும் பாண்டம் மண் பாண்டமாக இருத்தல் அவசியம் நாட்டு மருந்து கடைகளில் இருந்து வாங்கும் மருந்துகளில் உள்ள துப்பு தூசிகளை அகற்றி சுத்தம் செய்து சிறிது நேரம் சூரிய ஒளியில் வைத்து பின்பு இடித்து மண் சட்டியில் போட்டு இள வறுப்பாக வறுத்த பின்பு தண்ணீரை அளவுபடி ஊற்றிக் காய்ச்சி நாலொன்றாக சுண்டியதுதான் கசாய முறை. இதை ஒரு சுத்தமான புட்டியில் வடிகட்டி அளவுபடி சாப்பிட வேண்டும். இக் கசாயங்களில் சேரும் பச்சை மூலிகைகளையும் இப்படியே சுத்தம் செய்து குறுக துண்டு செய்து போட்டு காய்ச்ச வேண்டியது. உலோக பாத்திரங்களிலும், மண்ணெண்ணை கொண்டு எரிக்கும் ஸ்டவ அடுப்புகளும் பயன்படுத்துவது கூடாது.

எவ்வித சுரம் வந்தபோதும் எவ்வளவு நாட்பட்டதானாலும் பற்பாடகம் கலந்த கசாயம் குணமாக்கிவிடும்.

சகலவித இனம் தெரியாத சுரங்களுக்கும்

பற்பாடகம், கண்டங்கத்திரி, ஆடாதொடை, சுக்கு, விஷ்ணு கிரந்தி ஆகிய ஐந்து, வகைக்கு 1 பலம் இடித்து 1 படி நீரில் போட்டு காய்ச்சி கால்படி கசாயமிறக்கி நாலு வேளை கொடுக்க இரண்டே நாளில் சுரம் இருந்த இடம் தெரியாமல் போகும்.

கசாய முறைகளில் சேர்க்கும் மருந்துகளில் பற்பாடகத்தை ராஜாவாகவும் மற்றவைகளை மந்திரிகளாகவும் மதிக்கலாம். “ராஜா இல்லாத மந்திரி சபை உருப்படாது, அதுபோலத்தான் பற்பாடக மில்லாத கசாய வகை பலன் தராது” என்பது சித்தர்களின் சாராம்சம். மலத்தை உடைத்து தள்ளும் கசாயங்களிலும், பசியைத் தூண்டும் கசாயங்களிலும், பற்பாடகத்தைப் பல மருந்துகளுடன் சேர்த்துக் கொடுப்பது நமது நாட்டு மருத்துவத்தின் பழங்கால முறைகள்.

“சீத வாதச்சுரமும் தீராததாகமும் போம்
போதவிரு கண்குளிரும் பொய்யல்லவே-பூதலத்துள்
வற்பார் பயித்தியமும் மாபித்தமும் தொலையும்
பற்பாடகத்தை யுன்னிப்பார்” — [குப்பாணி]

ஒரு கிராமத்திலிருந்து மற்ற கிராமத்திற்கு கால் நடை பயணம் செய்வோர், களைப்பு, நீர் தாகம் ஆகியவைகளை அடக்கி நீண்ட தூரம் நடக்க பற்பாடகம் கிடைக்கும் இடமெல்லாம் போகும் வழியில் இதன் கதிகளை உருவி வாயில் போட்டு பென்று தின்று பேசிக் கொண்டே போவார்கள். இப்பொழுது குடும்பத் தலைவர்களாகி பேரன் பேத்தி எடுத்த கிராமப் பெரியோர்கள் அந்தக் காலத்தில் சிறுவர்களாயிருந்தபோது குளம், கிணறு, ஆறுகளில் குதித்து நீச்சல் விளையாடியவர்கள் தான். இப்பர்கள் உடம்புக்கு தேய்க்க சோப்பு ஏது? இந்த பற்பாடகத்தைக்கொண்டு வந்து கல்மேல் வைத்து தேய்க்க குழ குழப்பாக சோப்பு நுரைபோல வரும். அதைத்தான் தலையிலும், உடம்பிலும் தேய்த்துக்கொண்டு குளிப்பார்கள் இதனால் உடம்பிலுள்ள அழுத்த மட்டுமாபோயின்றன. கற்றழை நாற்றம் நீங்கி, கண்களுக்கு ஒளியை தந்து உடல் வெப்பத்தை தணிக்கும், உடல் ஆரோக்கியத்தையும் தரும். பித்தம் போக்கும், வர வர கிராமங்களில்கூட அந்நிய நாகரிகம் வாசனை அடிக்க ஆரம்பித்து விட்டது! ஆற்றக் கரைக்கு குளிக்கப்போகும் அமரிப் பயல்கூட வாசனை சோப்பை அல்லவா எடுத்துபோகிறான்!

பற்பாடகத்தை பச்சையாக எடுத்து பசும்பால் விட்ட ஹைத்து தினந்தோறும் தலைக்கு வைத்தும், உடம்பிலே தேய்த்துக் குளித்துவர எப்போதும் ஒரே சூடாக இருக்கும் உடல் குடு தணிந்து போகும். பித்த நோய்கள் போகும். இதே முறையை கண் பார்வை குறைந்தவர்கள் பச்சையாக தினந்தோறும் தின்று, எண்ணையிலும் காய்ச்சி தலையில் தடவிவர பகலில் நட்சத்திரம் தெரியும் என்று கிராமக்கூன் கூறுவர், பைத்திய ரோகம் விலகுவதாகவும் தெரிகிறது. அதாவது தினமும் இதை தவறாமல் தொடர்ந்து தலையில் தேய்த்து குளிக்கவைக்க வேண்டும் என்று கூறப்படுகிறது. கிராமங்களில் இதை பொப்படம், பப்படாம் என்று கொச்சை ஒழியில் கூறுவதுமுண்டு. பற்பாடகத்தை பார்த்து பலன் அறிந்தவர்கள் பிறருக்கும் சொல்வது, நம் நாட்டை நோயற்ற நாடாக்கி சுடீட்சம் நிலைச் செய்யும் தற்பணியேயாகும்.

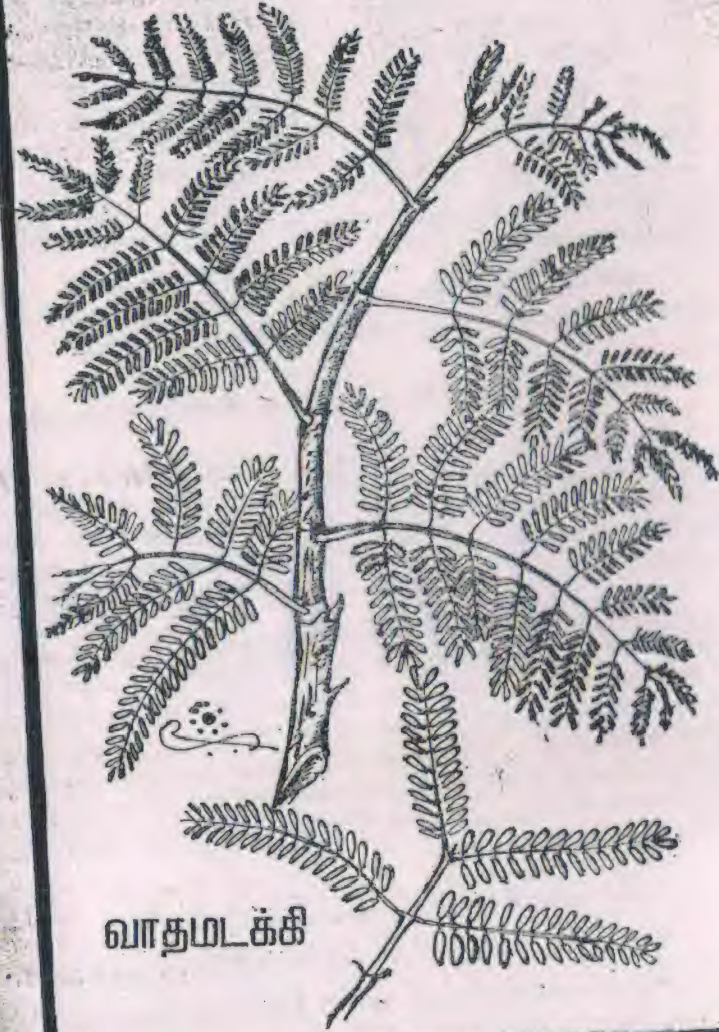
★ ★ ★

ஆதிநாராயணன்

[வாதமடக்கி]

இந்த ஆதி நாராயணரைப்பற்றியும் வாசக அன்பர்கள் தெரிந்துவைப்பது மிகவும் பயனுள்ள விஷயம். இவர் எங்கு இருப்பார். உருவம் எப்படி, சுபாவம் என்ன? என்றெல்லாம் கேட்கிறீர்களா? ஆதிநாராயணன். அனாதை ரக்ஷகன். ஆபத் பாந்தவன், ஆதிமூலம் என்று உச்சரிக்கும் பெயர்கள் யாவும் நல்ல சமயத்தில் உதவி செய்து காக்கும் அனாதி வஸ்துவைக் குறிக்கின்றபடியால், நமது முன்னோர்கள் இந்த மூலிகைக்கும் இப் பெயரை வைத்து விட்டார்கள் என்றே எண்ணத் தோன்றுகிறது. பொதுவாக ஆனந்த கிராம மக்கள் ஆதிநாராயண தழை, வாதநாராயணங்கீரை என்றுதான் வழக்கமாக கூறுவார்கள். முருங்கை மரம்போன்று இதுவும் மரமாகவே வளரும். கனமான கிளையை ஒடித்து எடுத்து முருங்கைப்போல வேறு இடத்தில் பயிராக்கிக் கொள்ளலாம். இந்த ஆதிநாராயணனுக்கு மருத்துவ அகராதி களில் 'தழுதாழை' வாதமடக்கி என்ற பெயர்கள் உண்டு.

ஆதிநாராயண மரத்தை தெரிந்த ஒரு சிலர் இதையும் முருங்கையைப் போன்றே வீடுகள் தோளும் வளர்த்து வைப்பார்கள். தெரியாதவர்களுக்கு இம் மரத்தைப் பற்றி விளக்குவது கடினமான முயற்சியாகும். ஆதிநாராயண இலை, கருஞ்செம்பை இலை இவைகளை ஒரு சிறிய கிளையாக ஒடித்து கையில் வைத்துக் கொண்டு இது என்ன மூலிகை? என்று கேட்டால் மூலிகைப் பழக்க முடையவர்கள் கூட சிறிது நேரம் திகைக்க வேண்டியது தான்! புளியன் இலைகள் போன்று இருக்கும் இலைகள், கருஞ்செம்பையா? ஆதிநாராயணனா? என்பதை டி. காய்களைக் கொண்டுதான் சுலபமாக உணரலாம். இதுபோல் ஆதி



வாதமடக்கி

தொடை இலையுப் துணை மரத்தின் இலையும் ஒன்றுபோல்
தோர்நமளித்து ஏமாற்றும். கேவலம் பகுத்தறிவற்ற தாவ
ரங்கள் தானே! என்று நாம் நினைப்பதுபோக! “பகுத்
தறிவற்ற மனிதர்களே! நான் யாரென்று கண்டு விடியுங்கள்”
என்று நம்மைப் பார்த்து சுவால் விடுவதுபோல் அல்லவா
இருக்கிறது இந்த இலைகளின் ஒற்றுமை! என்னத்தான்
நாம் மூலிகை நிபுணர் என்று பெயர் வாங்கினாலும் கூட, இந்த
மரத்திரியான சமயங்களில், ஹெர்!..... பொறு கொள்கிறேன்!...
தெரியும் ஆனால் நெஞ்சில் இருக்கிறது வாய்க்கு வரவில்லை!
என்று எதையாவது சொல்லி சமாளிக்கப் பார்க்கிறோம் அல்
லவா? எனவே இந்த ஆதிநாராயணனைப் பற்றி தெரிந்துக்
கொள்ள விரும்புவோர் அவைவரும் அக்கம் பக்கம் அனுபவப்பட்
டவர்களைக் கேட்டு தேரில் பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்!
சமயத்துக்கு உதவும்.

குணமும் பயனும்

பொதுவாக இதன் இலைகள் மலத்தை உடைத்து நீராக்கி
வெளித் தள்ளும். வாத நீர்களையும் வாய்வுக் காற்றையும்
குறைக்கும். பித்தத்தை உண்டாக்கும். சிலர் இதன் வேரையும்
எடுத்துப் பயன் படுத்துவார்கள். வீக்கங்களையும் கரைத்து
விடும். வடிகள், குத்தல் குடைச்சல் ஆகியவைகளைப்
போக்கும். வாத ரோகத்தை கண்டிக்கும் மூலிகைகள் சிலவே
என்பது ‘சுப்பிரமணி’ (சுக்கு) கட்டுவரையைப் படித்த வாசகர்
களுக்கு தெரிந்த ஒன்று. அந்த சுப்பிரமணிக்ஞச் சமமானவர்
தான் இந்த ஆதிநாராயணர்! வாத ரோகங்களை எதிர்த்துப்
போராடுவதில் அவது சமர்த்தர் எந்தவிதமான வாதம் உடலி
லிருந்து எழுந்தபோதும் அதை அடக்கி விடுவார் ஆவே
யிற்று! மற்றும், அசதியும் பலவீனத்தையும் போக்கி வாதத்
தால் தளர்ந்து போன உசைநாடி நாடிகளையும் பலப்படுத்துவதில்
சிறப்புடையதாகும் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சீதள சுரம்,
கப மாந்த இழுப்பு, சன்னி முதலியவைகளில் ஆடாதொடையைப்
போலவும், சொறி சிவந்த ஆகியவைகளில் குப்பை மேலி,
கஞ்செம்பை போலவும் வேல செடியைக் கூடிவது.

உபயோக முறைகளில் சில

உணவுடன் சேர்த்துண்ண இதன் இலைகளை உருவி
வைத்துக்கொண்டு, ஒரு இரும்பு வாணியில் நல்லெண்ணெயை

தாராளமாக விட்டு உளுந்தம் பருப்பு, கடுகு கருவேப்பிலை,
இஞ்சி, கொத்துமல்லியையும் உலர்ந்த மிளகாயையும் கிள்ளிப்
போட்டு நிறைய வெள்ளைப் பூண்டையும் உரித்துப் போட்டு
சிவக்க வதங்கியவுடன் ஆதிநாராயண இலையை நீரில் அலசிப்
போட்டு சுளவுடன் சிறிது உப்பு சேர்த்து பதமாக கதக்கி
பொறியால் செய்து வைத்துக்கொண்டு இளஞ் சூட்டுடன் உண்
னும் சோற்றுடன் கலந்து உண்டு வரலாம். இதனால் மலம் நீராகி
உடைந்து இரண்டொரு தடவை பேதி ஆகி வாத நீர் யாவும்
கழியும். அத்துடன் வாத ரோகமும் உடலைவிட்டு நீங்க ஆரம்
பிக்கும். “இப்படி வாரம் இரண்டு முதல் மூன்று முறை செய்
துவா முன் பாராணில் குறிப்பிட்ட குணம் பயனும் உண்டாக்கி
நற்பயன் தரும்.

வாத ரோக என்னை

சுத்தமான பசுமையான ஆதிநாராயண இலையை இடித்து
மிழிந்த சாறு அரைபடி, கிற்றாமணக்கு நெய் அரைபடி,
இரண்டையும் நன்றாக கலந்து அதில், ஒரு திரிப்பூண்டு, 5 பலம்
சுக்கு, மிளகு திப்பிலி வகைக்கு 1 பலம், வெள்ளைக் கடுகு கால்
பலம் ஆக யாவும் அரைத்துப் போட்டு ஒன்றாய் கலந்து அடுப்
பில் வைத்து பதமாக காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.
பெரியோர்களுக்கு இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு காலைமீல் உள்
ளுக்கு கொடுக்க வாதரோக கீல்வாய் முடக்கு வாதம், நடுக்கு
வாதம், நரர்புத்தளர்ச்சி, கைகால் குடைச்சல் வலி, நரித்தலை
வாதம் என்று சொல்லப்படும் கைகால் முட்டிகள் வீங்கி நடமாட
முடியாமல், இடுப்பு வாய்வு முதலானவை நீங்கும். இதையே
வாரம் இரண்டு ஒரு முறை சிறுவர்களுக்கும் குழந்தை னுக்கும்
ஒன்று முதல் அரை தேக்கரண்டி வயதுக்கு தக்க அளவாக
கொடுத்துவா இரம்பிள்ளை வாதம் (போலியோமைலிடிஸ்)
என்று சொல்லப்படும் இடுப்பு கீழே கால் வறங்காமல் போவது
நரம்பு சம்பந்தமான வாய்வு ரோகம் முதலிய ரோகம் வராமல்
தடுப்பதுடன் வந்த பின்பு இதை பயன்படுத்த குணம் காணும்.
மேலும் மாந்தக் கணம், சீதள சுரம், இழுப்பு, சன்னி, அஜீரணம்
மலச்சிக்கல் முதலியவைகளும் விலகி நலம் பெறலாம். இதையே
மேக ரோக பிணிகளுக்குக் கொடுக்க குணமுண்டு.

மேலும் இடுப்பு புரங்கள் வாத ரோக முடையவர்கள் இதன்
இலையை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை 1 அவுன்ஸ் வரை குடித்து

வருவது நமது நாட்டு வழக்கங்களில் ஒன்று. வாத, வீக்கம் குடைச்சல், வலி, இவைகள் குறைய இதன் சாற்றை உள்ளுக்கு குடிப்பதுடன் இலைநீருடன் கொதிக்க காயவைத்து பொறுக்கும் குட்டில் வீக்கம், வலி கண்ட இடங்களில் ஊற்றி உருவி விட்டு வர யாவும் விலகும்.

இதன் இலையை குப்பை மேனி இலையைப் போலவே சிறிது மஞ்சள் சேர்த்தரைந்து சொறி, சிரங்குகளுக்கு தடவி வைத்து குளிர்ந்த நீரில் குளித்துவர அவை மாறி உடல் அழகு பெறும்.

மேக ரோகத்தால் வரும் சகல நோய்களுக்கும் இதன் இலையை உலர்த்தி இடித்து பொடித் தூளாக்கி வைத்துக் கொண்டு தினம் இரவேளை கால் ரூபாய் அளவு வெந்நீருடன் சாப்பிட்டுவர மேக ரோக தொல்லைகள், வாய்வு, முதலானவை நீங்கும். ஆனால் தொடர்ந்து தவறாமல் உட்கொள்வது அவசியமாகும்.

மேல் பூச்சுத் தைலம்

ஆதிநாராயண இலை சாறு அரை படி, பொற்கொடி, குப்பை மேனி, கருப்பு வெற்றிலை, இவை ஒவ்வொன்றும் கால்படி வீதம் எடுத்து யாவும் ஒன்றாக கலந்து அதில் ஸேப்பின் நெய், சிற்றும்ணக்கு நெய், எள் நெய் வகைக்கு 15 பலம் ஆக யாவும் ஒன்றாய் கலக்கி, அதில் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், கருஞ்சீரகம், மஞ்சள் வகைக்கு அரை பலம் எடுத்து பசுவின் பாலில் அரைத்து, அதை கால்படி பசும் பாலில் கரைத்து, அதையும் ஒன்றாக கலந்து அடுப்பிலேற்றி காய்ச்சி சாறு சுண்டிய பாகமாகும் சமயம் ஒருவித நறுமணம் வரும் போது அதில் இருபத்தி ஒன்று (21) வெள்ளெருக்கன் பூவை நசுக்கிப்போட்டு ஒரு கொறி வந்ததும் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக்கொண்டு பக்க வாதம், பாரிச வாய்வு, நரம்பு இழுப்பு, முகத்து இசிவு, முக வாதம், கண் இமை, வாய் நாக்கு, உதடு இவைகளின் ஒரு பக்கத்தை பற்றி இழுத்து கோணலாகி விடும். இது போல் கால், கை விழுந்து சும்பி சிறுத்துவிடல் போன்றவைகளுக்கும் மேல் பூச்சாகவே தடவி மெதுவாக பிடித்து விட நோய்கள் விலகும். இந்த தைலத்தையே 5 முதல் 10 துளி வரை உள்ளுக்கும் கொடுத்து பத்தியமுடனிருக்க வாத வேகம் யாவும் குணப்பட்டு போகும்.

வாத உடலகாரர்களுக்கு மலச்சிக்கல் நீங்க

இரண்டு கைப்பிடி அளவு ஆதிநாராயண இலையை உருவி எடுத்து இரவு அடிப்பில் கால்படி நீருடன் சட்டியில் போட்டுக் காய்ச்சி வற்ற வைத்து வடிகட்டிய கஷாயத்தில் ஒரு பாலாடை அளவு சிற்றும்ணக்கு நெய் கலந்து கலையில் வெறும் வயிற்றில் குடித்துவிட நான்கு தடவை நன்றாக பேதியாகி மலம் போவதுடன் வாத வாய்வு தொந்தரவுகளை வராமல் தடுக்க ஓர் உபாயம் இது.

சித்தபருத்தி எத்தில் 80 விதமான வாத ரோகங்களையும் அதைன் குணதியங்களையும் தெளிவாக விளக்கப்பட்டுள்ளது இந்த வாத ரோகங்களுக்கு சிகிச்சை முறையை சித்தர்கள் குறிப்பிடும்போது மக்கள் எளிதாகவே பயன்படுத்தி குணமாகட்டும் என்பதை

“சேர்ந்த சொறி சிரங்கும் சேர்தவாம் என்பதும் போம் ஆரந்தெழுமாம் பித்தம் அதிகரித்த - மாந்தமறும் ஐயின் சுரந்தணியும் ஆன தழுதாழைக்கே மெய்யின் கடுப்பும் போம் விள்”

என்ற குரு முனிவருடைய பாடல் விளக்குகின்றது.

ஆதிநாராயண இலையை பித்த தேகமுடையவர்களும் பேதியாகும் நோயாளிகளுக்கும், குடல் பலவீனமாகி அடிக்கடி வெளிக்கு பேயோர்களும் நான் பட்ட கிராணி பேதியுடையவர்களும் உபயோகப்படுத்துவது கூடாது.

இதன் வேரை 1 பலம் அளவு பச்சையாக அரைத்து எருமை தயிரில் கலக்கி கொடுக்க வயிற்றைக் கடித்து போகும் ரத்த சீதபேதி உடனே நிற்கும்.

டாக்டர் ஆர். என். கோரே என்ற ஆங்கில மருத்துவரின் ஆதிநாராயணை ஆய்ந்து, இம் மூலிகை மலச்சிக்கல் உள்ளவர்களுக்கும், மலேரியா சுரம் கண்டவர்களுக்கும், இழுப்பு சன்னி வரும் நாட்பட்ட நோயாளிகளுக்கும் கொடுத்து நல்ல குணம் கண்டதாக எழுதியுள்ளார். இதன் இலைச் சாற்றை சிறு குழந்தைகளுக்கும் பெரியோர்களுக்கும் அளவாக கொடுக்க மலப்புழுக்கள், திமிர்ப் பூச்சிகள் என்ற நான்கு பூச்சிகள் வீழும்!

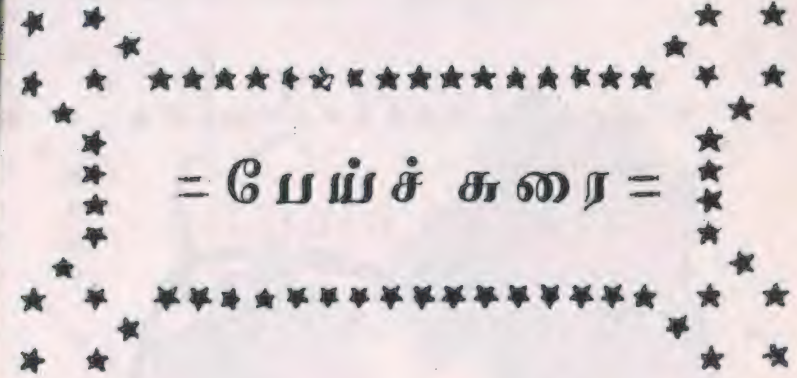
தேவமியோபதியில் இதற்கு “கினிரோடன்ரன்” என்று பெயர். இவ்வைத்திய முறையில் கடினமாகிட்ட விரைவாத வீக்கங்களுக்கு குறைந்த வீரியத்தில் கொடாலை மிக்க பலன் உள்ளது. மேலும் இது இப்பிகாக், பலகட்டில்லா என்ற மருந்துகளை போன்றே குணங்களை யுடையதாக வேலை செய்கிறது.

“முதலை வாயில் சிக்கிக்கொண்ட “ஆதிமூலமே” என்று கூவியழைத்த கஜேந்திரனுக்கு, ஆதிநாராயணன் கருட வாகனத்தில் தம்பதி சமேதராய் காட்சி தந்து முதலையை வதைத்து மீட்டதாக புராண வரலாறு. ஆனால் நாம் கண்கண்ட மூலிகை “ஆதிநாராயணனை” நம்பினால் வாத ரோகம் என்னும் முதலை வாயில் அகப்பட்டு வேதனைபடுவோர் அவ்வருக்கும் ஆரோக்கியம் என்ற மோட்சம் கிடைக்கும் என்பதில் ஐயமே இல்லை”.

= ★ =



மேலும் இது கடினமாகிட்ட விரைவாத வீக்கங்களுக்கு குறைந்த வீரியத்தில் கொடாலை மிக்க பலன் உள்ளது. மேலும் இது இப்பிகாக், பலகட்டில்லா என்ற மருந்துகளை போன்றே குணங்களை யுடையதாக வேலை செய்கிறது.



நமது நாட்டில் ஆடி மாதம் தேடி விதைக்கும் விதைகளில் சுரை விதையும் ஒன்று. இதில் நாட்டுச் சுரை என்றுந் நாட்டுச் சுரை என்றும் இருவிதம் உண்டு. நாட்டுச்சுரையைப் பேய்ச்சுரை என்றும் தமிழ் மாதத்துவ அகராதிகள் குறிப்பிடுகின்றன. நாட்டுச் சுரையை கிராமங்களில் கூரை மேலும், மரங்களிலும் கொடி படர்ந்து பெரிய காய்களாக சுரைக்காய்கள் காய்த்து தொங்குவது காண இனிமையாகத்தான் உள்ளது. ஆனால் இதை உணவுடன் பதரித்தமாக சேர்த்து சாப்பிடும் போது டைபாயிட் போன்ற சன்னி பாத சுரக் கோளாறுகள் உண்டாகும். நல்ல சுரையின் குணமே இப்படி எனில் இந்த பேய்ச்சுரையை எதற்கு இறைவன் படைத்தார் என்றே நினைக்கத் தோன்றுகிறது.

இந்த இருவித சுரைக் கொடிகளும் பாரிவைக்கு ஒரே விதமாக இருந்த போதிலும் இதன் காய்தான் நமக்கு வேறுபாடுகளை பிரித்துக் காட்டுகிறது. நாட்டுச் சுரைக்காய் இனிப்பு ருசியுடையது. ஒன்று முதல் இரண்டு முழம் நீண்டு தடிப்பாகவும் தண்ணீர் கூறா போல அடி உனத்து மேலே குறுகி வந்து பின் தலைமேல் காம்பு முனை சற்று பெருத்து காணும். இதனை பண்டைய கால மக்கள் உணவில் சேர்த்ததாக தெரியவில்லை. ஆனாலும் இதன் காயை முற்றவைத்து பின்னர் ஒரு உறுதியாகி விடுவதால் அதனுள் இருக்கும் விதைகளை நீக்கி ஒரு பாத்திரம்

மம். நா. மு. பா — 11.



பேய்ச் சுரை

போல் செய்து உபயோகப்படுத்தினார்கள். இந்த சுரை குடுக்கை பாத்திரம் அதிக கனம் இன்றி லேசாக இருந்தபடியால், மூத்தில் இருந்தார்கள். இறக்கும் பொழுட்டு அதனை இருப்பில் கட்டிக் கொண்டு மரங்கள் மீதேறி கள் இறக்குவது நம் நாட்டு வழக்கம். இதனாலேயே நாட்டுச் சுரையை முன்பு அதிகமாக வளர்த்தனர்.

காட்டுச் சுரை என்ற பேய்ச் சுரை மிகவும் கைப்பு ருசியை உடையது. எனவே இதனை பொதுவாக எல்லோரும் வளர்ப்பதில்லை. பரம்பரையாக வந்த ஒரு சில தமிழ் வைத்தியர்களும், மலை நாட்டில் வாழும் பாம்பு பீடார இனத்தை சேர்ந்தவர்களும் வளர்ப்பார்கள். இது காடுகளில் தன்னிச்சையாகவும் வளருவதால் காட்டுச் சுரை என்று பெயர் கொண்டது. பேய்ச் சுரைக் காய், ஒரு உரித்த முழு தேங்காய் அளவுக்குமேல் வளர்வதில்லை. தேங்காய்களுக்கு குடும் உள்ளதுபோல காம்புக் கருகில் சற்று தலைபோல் பெருத்து இருக்கும்.

உபயோகமும் குணமும்

பேய்ச் சுரையின் இலை, காய், வேர் எதைத் தின்றாலும், உடனே காலரா கண்டவர்கள் போல வாந்தியும், பேதியும் ஆகும். எனவே இது சாதாரண நோய்களில் பயன் படுத்துவது வழக்கில் இல்லை. அசாதாரணம் என்று கருதப்பட்ட சில நோய்களிலும், பாம்பு கடி, ஜல மண்டலம், நட்டுவாய்காசி போன்ற கொடிய விஷங்களுடைய விஷ ஜந்துக்கள் கடித்த போதும், நாட்பட்ட காசம், சளிக்கட்டு, கப இருமல், வெளி மூலம் ஆகிய நோய்களுக்கு பலன் தரக்கூடியது. காய், இலை, கொடிகளை விட இதன் வேருக்குத்தான் மிகுந்த வன்மை உண்டு. இதனை

“கடு வேறு பேய்ச் சுரைவேர் கண்டலரவின்
கடு வேரு துண்மை முககாலும்—கொடுவிடமு
மீளையிருமலும் விட்டேகும் உண்டால்.....!

என சித்தர் பாடலால் அறியலாம்.

நம் நாட்டில் ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் குடும் என்ற பாம்பாட்டும் இனத்தவர்களை நம் முன்னோர்கள் குடியிருக்கச் செய்து அவர்களுக்கு மிராசு, மேறை என்று அறுவடை காலத்தில் பங்கு கொடுத்து ஆதரித்து வந்தனர். அவர்களும் பிரதி உபகாரமாக அவ்விஷ கடி மூலிகைகளை தேடி வளர்த்து கிராம மக்களுக்கு விஷ

கடி ஆபத்து காலத்தில், விஷங்களை நீக்கி பாதுகாத்து வந்தனர். இன்றும் இம் மாதிரி பல கிராமங்கள் இருக்கத்தான் செய்கின்றன. சிறிப் பாய்ந்து படமெடுத்தாடும் அரசவங்களை எல்லாம் இந்த குடுமிகள் அடக்கி விடுவார்கள். இவர்களின் இந்த அழியாத உலக பரம்பரை பரம்பரையாக வளர வேண்டும் என்று நினைத்த அந்த காலத்து பிரிட்டிஷ் ஆட்சி ஆங்கிலேயர் பாம்பாட்டிகளுக்கும் மிகுந்த மதிப்பு கொடுத்து வந்தார்கள். காட்டில் இருந்து முனிகைகளை தாட்டுமக்களுக்கு கொண்டு வந்து விற்கும் குருவிகளாக இனத்தவருக்கும் அன்னிய ஆட்சியில் மீட்டை மதிப்பு இருந்தது. இவர்களுக்கெல்லாம் பரம்பரை வழி படுத்துவது நட்டை. ஆர். ஐ. எம். பி. என்ற பட்டத்தையும் கொடுத்து இருக்கிறார்கள்! சில குருவிகளாகவிடும் இன்றும் இந்த விருதுகள் காணக்கிடக்கின்றன!

ஆனால் இறை நீதி வேறு. ஆங்கிலேயன் போனாலும் ஆங்கில மருந்துகள் நயமை உடையவையாக, மாதிரி வாட்டி வதைக்கின்றன. தற்போது நேள்கடி ஹவுஸை இறக்க ஊசி போடப் படுகிறது. வேதனையோடு வேதனைதானே?

கடுமையான விஷத்தைக் கக்கும் எந்தவித பாம்புகடிகளுக்கும் ஏற்றது பேய்ச் சுரை வேர். பாம்பாட்டிகளுக்குத்தான் இதன் மகிமை நன்கு தெரியும். இதன் வேரை எடுத்து இரு கொட்டை பாக்களவு உள்ளுக்கு கொடுத்து கடிவாயில் இதன் இலையை அறைத்து கட்டிவிட முச்சுடங்கி ஒரங்கிய உயிர் மீண்டும் திரும்பும். விஷமெல்லாம் வாந்தியும் பேதியுமாகி வெளியேறும் போதும். வாழைத் தோட்டத்திலுள்ள நாகம் கடித்தால் பிழைப்பதரிது என கூறுவார்கள். இந்த விஷத்தையும் பேய்ச் சுரை வேர் முறித்துவிடும்; கடியுண்ட நபர் விரைவில் மயக்கமுற்றால், இதன் வேர் இலைகளை இடித்து சாறு பிழித்து அந்த அளவு தும்பை சாறும் கலந்து முச்சுடையானவருடைய முக்கில்லாட்டு ஊதியிட நினைவுவரும். பிறகு வேரை அரைத்து உளுத்துக் கொடுக்கலாம். பின் தும்பைக் கட்டுரையில் குறிப்பிட்டபடி பாம்பு கடித்தவரை பத்திய உணவில் வைத்தல் அவசியம் பாம்பு கடிகளுக்கு அனேக மூலிகைகள் இருந்த போதும், தும்பையும், பேய்ச் சுரையும் சப்பவேகம். சமர்வேகம் என்று சொல்லப்படும் கரும் விஷங்களுக்கும் சிறப்பான மூலிகைகள்.

பேய்ச் சுரை இலையையும், அதிமதுரத்தையும் சம்மாக எடுத்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு

இரண்டு அரிசி எடை தேனில் குழைத்துண்ண மாப்பில் இறுகிய சளி இளநீ வெளியாகும். அத்துடன் இரு மல், கரசம், மாப்பு தேய்க்கும் குணமாகும்.

வெளி மூலம் தள்ளி வெது கஷ்டப்படுவர்கள் பேய்ச் சுரை இலையை சிற்றமணக்கு நெய் விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் ஆசன வாயில் வைத்து கட்டிவர பூச்சிகளும் தொலைந்து அரிப்பு தினவு அடங்கி வெளிமூலம் கட்டுப்படும்.

பேய்ச் சுரை வேரில் சப்தவேக விஷங்களுக்கும் அடங்குவது போல் பேய்ச் சுரைக்காயை உலர்த்தி எடுத்து சுத்தம் செய்து அதை மகுடி வாத்தியமாக செய்து வாசிக்கின்றனர். பாம்பாட்டிகள், மகுடியின் இனிமையான நாதம், கட்டுக்கடங்காத நாகங்களும் மகுடியின் நாதத்தால் மயங்கிப்போகும்! வாசகர்களே! மருதோன்றி காயில் ஸ்ரீதேவியும், அதன் பூவில் ஸுதேவியும், குடியிருப்பது போல் அல்லவா இருக்கிறது இந்த பேய்ச் சுரைகாயும். வேரும் குணங்கள். என்னே இறைவனின் திருவிளையாடல் கண்ணையே செவியாகக்கொண்டு ஆடும் அவதத்தை மயக்கும் இந்த மகுடி ஓட்டை சுட்டு கரியாக்கி தினம் இரண்டு வேளை தேனில் 4 அரிசி எடை கலந்து கொடுத்துவர மாலைக்கண் என்ற கண் கோளாறுகள் நீங்கும்.

நம் நாட்டு பதினென சித்தர் வழி வந்தவரும் பத்தாம் நூற்றாண்டு காலத்தில் வாழ்ந்தவரென கூறும் பாம்பாட்டி சித்தர் என்பவரால்—விஷ மருத்துவ சிகிச்சையும், பாம்பை இசையால் மயக்கி வசமாக்கும் மகுடிப் பண் இசைக் கலையும் உண்டாயின என்பது வரலாற்று நூல்களில் காணக்கிடக்கிறது. இவர் விஷ மருத்துவ நிபுணர் மட்டுமல்ல நாட்டு மக்களுக்கு இறை பற்றும் நன் நெறியும் புதுத்தி பல நல்ல கருத்துக்களைப் பாடி கற்றுள்ளார். விஷ முறிவு மூலிகைகளும், விஷ பார்பின் வகைகள் அதன் குணங்களைப்பற்றி பற்பல நூல் எழுதியுள்ளார். அதில் இந்தப் பேய்ச் சுரையும் ஒன்று! இவர் நூல்களில் அனேகம் தலைமுறைகள் ஒலிச் சுவடிகள் ஆற்றோடும், தீயோடும் கலந்து போனது நம் நாடு செய்த ஒர் துர்பாக்கியமேயாகும்.



பூலோக கற்பக விருட்சம்.

★ = ★

நேவலோகத்திலிருந்த கற்பக விருட்சம் பூலோகத்திற்கு எப்போது யாரால் கொண்டு வரப்பட்டது என்றெல்லாம் கேட்டு விடாதீர்கள்! கேட்பதை கொடுக்கும் என்று சொல்லப்படுகிற காமதேனு, ஐராவதம், கற்பக விருட்சம் ஆகியவைகளை நாம் காண முடியாவிட்டாலும், நமது புராண கதைகளில் இவைகளின் அதிசய குணங்கள் விரிவாக கூறப்படுகின்றன பூலோக கற்பக விருட்சமும் இவைகளுக்கு சமமானதாகவே இருத்தல் வேண்டும்! இல்லையெனில் சித்தர்கள் இந்த பெயரை இத்தகு வைத்து இருக்கமாட்டார்கள். தென்ன மரம் என்ற பெயர் எப்படி வந்தது? தென் ஆக மரம், தென்ன மரமாக மருவி விட்டது! இது மணற்பாங்கான இடமாகவும் உஷ்ண மண்டல பிரதேசங்களாகவும் நீர் நிறைந்த இடங்களில்தான் உற்பத்தியாகி வளரும். இந்தியாவின் வட பாகத்தில் இந்த தென்னக மரம் மருந்துக்கு கூட வளர்வதில்லையே!

முதன் முதலாக தென்னமரம் தோன்றியது தென் பாக மாகிய குமரிக் கண்டம் என்ற பெரு நிலம் ஆகும். தற்போது இருக்கும் குமரி முனை வேறு. குமரிக்கண்டம் வேறு. இந்து மகா சமுத்திரம் இருக்குமிடத்தில் இந்த குமரிக் கண்டம், ஐயுந்ததாகவும், சுமார் கி. மு- 5000 ஆண்டுகளுக்கு முன் கடற்கோள் நிகழ்ந்து இக் கண்டம் மூழ்கியதாகவும் புலியல் நூல்கள் கூறுகின்றன. இக் குமரிக் கண்டத்திலே தென் மதுரை நாடு, பாலை நாடு குன்ற நாடு, குணவரை நாடு, குரும்பை நாடு ஒளி நாடு, வானரநாடு “பெங்க நாடு” என்பன போன்ற 49 நாடுகள் இருந்துன. தென்னை மரங்கள் உற்பத்தியான காரணத்தால் தெங்கநாடு எனவும் குரங்கினங்கள் பல்பி பெருகியதின் காரணத்



தென்னை மரம்

தால் வானர நாடு எனவும் பெயர் வந்துள்ளது. பின்பு இந்த இடங்களை கடல்கொண்ட பிறகு, தேங்காய் நெற்றுகள் நீர் வழி மிதந்து, நாணு பக்கம் சிதறி வெப்பமும் மணற் பரப்பும் நிறைந்த இடங்களான நிருதி நாடு, ஆப்பிரிக்கா கண்டம், இலங்கை, தென்னிந்திய கடலோரங்கள். அந்தமான் பவளத் தீவுகள், மலாய் நாடு, அதனைச் சார்ந்த சிறு தீவுகள் கேரளம் முதல் வட வேங்கடம் வரை உள்ள நாடுகளிலும் நதிக்கரையோரங்களிலும் பரவி உற்பத்தியாயிற்று என்பதை வரலாற்று சான்றுகளில் காணலாம்.

பூலோக கற்பக விருட்சத்தைப் பற்றி தென்னக வாசிகளாகிய நம் நாட்டவர்களுக்கு இதன் உருவ அமைப்பு இப்படித்தான் இருக்கும் என்று விளக்கவேண்டிய அவசியமே இல்லை. தென்னகச் சோழையைப் பற்றி பல கவிஞர்கள் பாடியுள்ளனர். இயற்கை காட்சிகளை வரையும் அற்புத ஓவியர்கள் ஒரு தென்ன மரத்தையாவது தீட்டாவிடில் அவர்களின் மனம் நிறைவு பெருது! சோழைவன அரசன் தென்ன மரம் பாலைவன அரசன் ஈச்ச மரம்! பெயரில் எவ்வளவு பொருத்தம் பாருங்கள்! ஈச்ச விய திசையில் வளர்வதால் ஈச்சக மரம் என்ற காரணம் பெயர்கள் வந்தன என்றும் ஒரு சாரீ கூறுகின்றனர். அஃது எப்படி இருந்த போதிலும் நீர் வளமும் மணற்பாங்கும் நிறைந்த இடங்களில் தான் தென்ன மரங்களைக் காணலாம். தென்ன மரத்தின் மருத்துவப் பயன்கள் அநேகம் உண்டு. அவைகளை குறிப்பிடு முன் தென்ன மரத்தின் பழங்கால பெருமைகளை எடுத்து இயம்புவதும் ஒரு முக்கிய கடமையாகும். சோலை வளமாக திகழ்ந்த தென்ன மர தோப்புகள் இன்று ஏன் என்று கேட்பாரற்ற நிலையில் இறைவா நான் ஓர் அனாதையானேன் என்று கதறுவது போல் காட்சி அளக்கிறது. இது பொய் என்பவர்கள் தென்னத் தோப்புகள் உள்ள இடங்களில் போய் பார்க்கட்டும், பின்பு அவர்கள் இதயத்தை தொட்டு சொல்லட்டும்!

தென்ன மரத்தைப் பற்றிய சில குறிப்பெடுக்க ஒரு கிராமத் திற் செல்ல வேண்டியது. ஒரு வயதான பெரியவர் தனிமையாக அந்த தோப்பில் ஒரு தடியுடன் நின்றுக் கொண்டிருந்தார். அவரை அணுகி வந்த விஷயத்தைப் பற்றி ஒரு சில கேள்விகள் கேட்டபோது அவர் "தாவி அறுத்தவன் அழகைப்பற்றி சொல்ல என்ன இருக்கிறது? மொட்டையடித்து முக்காடிட்டு முகையில் உட்கார்ந்த விதவையின் பெருமையை சொல்வது போலத்தான்!

தற்போது தென்னம் பிள்ளையின் பெருமையும்" என்றார். இவர் சொன்ன பொருள் நிறைந்த கருத்து முற்றிலும் உண்மைதான் என்பதை பின் வரும் விஷயங்களால் அறியலாம்.

கிராமத்தில் உள்ளவர்கள் தென்ன மரத்தை பெருப்பாலும் தென்னம் பிள்ளை என்றுதான் சொல்வார்கள். பெற்ற பிள்ளைகளை விட தென்னம் பிள்ளைகளைத்தான் போற்றி வளர்த்தார்கள். இதை யொட்டியே "பெற்ற பிள்ளை கஞ்சி வாரக்கவிலை, ஆனாலும் இந்த நட்ட பிள்ளை தான் காப்பாற்றுகிறது" என்று தென்ன மரத்தைக் காட்டி பெருமையுடன் சொல்லிக் கொள்வார்கள். அவ்வளவு அன்பு தென்ன மரத்தின் பேரில்! ஆனால் இன்று கேட்டபோது என்ன சொன்னார்கள் தெரியுமா? "பெற்ற பிள்ளை தான் பொய் என்றால் இந்த நட்ட பிள்ளையும் பொய்யாகி விட்டதே!" என்று ஆயாசப்பட்டுக் கொள்கின்றனர்.

தற்காலம் வளம் குன்றி இதன் ஓலைகள், மட்டை யாவும் பழுத்த நிறத்துடன் காணும். தென்னத் தோப்பு மதுவிலக்கு அமுலாகாத காலத்தில் பசுமை நிறமாகவும், செழித்தும் பருத்தும் காணப்பட்டது. எந்த ஒரு பொருளும் கையாண்டு வந்தால் தான் அது பளபள வென்று ஒளி வீசும்! வீட்டைக்கூட இரண்டு நாள் துப்புறவு செய்யாமல் விடுங்கள், பாழடைந்து போகும் அல்லவா? "கை பட்டால் தான் கண்ணாடி" இப் பழமொழி உலகியல் அனைத்துக்கும் பொருந்தும். தினமும் கணவனை தொழும் மனைவி முகத்தைப் பாருங்கள். அது போல கணவனை வெறுத்த வாழாவெட்டி முகத்தைக் காணுங்கள்! மாறுதல்கள் உடனே தெரியும். தென்ன மரத்தை அந்தப் பெரியவர் விதவைக்கு ஒப்பிட்டு பேசியது உண்மையே. தென்ன மரத்திற்கு கணவன் உண்டு, வாசகர்களே! தென்ன மரக் கணவன் யார் என்று உங்களுக்குத் தெரியுமா? நான் தோறும் மரமேறி, கள் இறக்கும் தொழிலாளிதான் தென்ன மரக் கணவன். கள் இறக்கும் காலங்களிலே கிராமம் எங்கும் விடியற்காலையில் பல தொழில் செய்பவர்களும் சுறுசுறுப்புடன் வேலை தொடங்குவார்கள்.

தென்னத் தோப்பெல்லாம் ஒரே ஆரவாரம்! சலசலப்பு!! மரம் ஏறும் தொழிலாளர்கள் தம் இருப்பில் சிகப்பு அரைக் கச்சம் அதன் மேல் தென்னப்பாளை யைக் கொண்டு செய்த அழகிய பெட்டி கட்டிக்கொண்டு தலையில் முண்டாசு கட்டி உடன் சுரைக்குடுக்கையும் மாட்டி தொங்க விட்டுக்கொண்டு தலைப்புக் கயிறு என்பதை குதிக்காவில் கோர்த்து, இரு கைகளை

யும் மாறி மாறி மரத்தை நெட்டுக்குத்தாக தாங்கி பிடித்து 'சடிக் சடிக்' என்ற ஒசையுடன் ஏறும் காட்சியும், சரேலென் இறங்கும் காட்சியும் பார்க்க வேடிக்கையாகத்தான் இருக்கும். இவ் களுடன் அணில், குயில், கிளி புள்ளினங்களும் கலந்துகொண்டு 'கிரீச் கிரீச்' சென்று சப் தமிட்டு வரவேற்று அளவளாவும் காட்சி பார்ப்போர் மனதை கொள்ளை கொள்ளும். தினமும் மரத்தில் ஏறி மட்டைகளை மிதித்து தாழ்த்தி பன்னாடைகள் என்னும் தார்க்கை தளர்த்திவிட குருத்து நன்றாக வளரும். பாளைகளை தேர்த்தெடுத்து தினமும் தட்டி கள் இறங்கின பாளைகளை துப்பரவு செய்து விட்டு கலயத்தை மாட்டி விட்டு இறங்குவார்கள். நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு தொழிலாளி 20 முதல் 40 மரம் வரையில் ஏறி இறங்குவதால் மனிதன் கைபட்ட மரம் செழித்தோங்கி வளர்த்தது. ஆண்டு ஒன்றுக்கு ஒரு தென்ன மரம் 450 முதல் 600 தேங்காய்களையும் 30 முதல் 60 காலன் கள்ளும் கொடுத்து வந்துள்ளன. இன்று அந்த மரம் 300 காய்கள் தர மறுத்து விட்டது!

மேல் கண்ட விபரங்கள் யாவும் கிராம மக்களின் புள்ளி விபரங்களால் கேட்டு அறியப்பட்டவைகளாகும்.

மரத்தில் இருந்து கள் இறக்கும் முறையால் தென்ன மரங் களுக்கு இயற்கையாகவே பூமியிலிருந்து நீரை அதிகமாக உறிஞ் சும் சக்தி உண்டாகி விடுகிறது. ஒரு மரத்தை ஆறு மாதம்தான் பாளை கட்டிகள் இறக்குவார்கள். பின் ஆறு மாதம் விட்டு விட் டால் மள மளவென்று காய்த்து குலை குலையாக பெருத்துவிடும். தேங்காயும் ஊட்டமுடனிருக்கும்.

தென்ன மரத்தின் அடிவேர் முதல் நடு மரம் குருத்து ஓலை மட்டை, பன்னாடை, மது, பாளை, பூ, காய், ஒடு, ஈர்க்கு ஆகியவைகளில் ஒன்று கூட உபயோகமற்றவை என்று தள்ளி விட முடியாது. மனித சமுதாயத்தின் பழங்கால மக்களுக்கு வாழ்க்கையில் பலவிதங்களிலும் இம் மரம் உதவியுள்ளது. மனிதன் தேவைகளை எல்லாம் இது அளித்த காரணத்தை யொட்டிதான், இதற்கு பூலோக கற்பக விருட்சம் என்ற பெயர் ஆயிற்று!

மதுத்துவ பயன்களும் குணதீசயமும்

தென்ன மரத்தின் ஒவ்வொரு உறுப்பும் ஒரு குணத்தை

உடையதானாலும் பொதுவாக இது வெப்பத்தைக் கொண்டு வளருவதால் உடல் சூட்டைத் தணிக்கும் குணமுடையதாகும்.

மரத்தின் அடி வேர்

இது உஷ்ண வாயுவை கண்டிக்கும். வேரை சிறு துண்டுகளாக செய்து ஒரு கை பிடி அளவு எடுத்து இரண்டு குவளை நீர் விட்டு ஒரு குவளையாகும் வரை சுண்டக் காய்ச்சி தினம் இரண்டு வேளை குடித்துவர அடி வயிறு சம்மந்தமான வாய்வு, உஷ்ணம், அடி வயிறு நோய், மகோதரம் நீர் பாண்டு ஆகியவைகள் குணமாகும். இதன் வேர் 1 பலம், அசோக ஆகியவைகள் குணமாகும். இதன் வேர் 1 பலம், அசோக மரப்பட்டை 1 பலம் ஆக இரண்டும் நறுக்கிப் போட்டு முன் சொல்லியபடி குடிநீர் காய்ச்சி தினம் இரண்டொரு வேளை குடித்துவர பெண்கள் கருப்பாசய வணி, கருப்பையைப் பற்றிய ரோகங்கள் யாவும் நீங்கி கருப்பை துப்புறவு ஆகும். உஷ்ணம் நீங்கும், உடல் சூடு தனியும்.

தென்னம் பூ

தென்னம் பூ சித்தர் மருத்துவ முறையில் சிறப்பாக பயன் படுத்தப்படுகிறது. (1) வெண் பூசனி நெய், (2) கரிசாலை லேகியம், (3) வெண் பூசனி லேகியம் ஆகிய முறைகளில் தென்னம் பூவின் சாறு முக்கிய பொருளாக சேர்க்கப்படுகிறது. நமது அரசினர் நடத்தும் ஒரே நாட்டு மருத்துவ மனை வெகு நாட்களாக "லண்டன் தோட்ட ஆஸ்பத்திரி" என்ற பெயரில் சென்னை கீழ்பாக்கத்தில் நடந்து வருகிறது. இதில் தீராத பல நோய்களை எல்லாம் தமிழ் மருந்துகள் மூலம் இலவசமாக தீர்த்து வைக்கிறார்கள். இந்த பூவைக் கொண்டு கரிசாலை லேகியம், வெண் பூசனி லேகியம் தயாரிக்கிறார்கள். இதனால் ரத்தசோகை, பித்த பாண்டு மயக்கம், கிராணி, வாந்தி, உட்காய்ச்சல், பசி யின்மை, காமாலை, எலும்புருக்கி, பிரமேகம், வெள்ளை, நீர் சுருக்கு முதலான நோய்கள் இந்த தென்னம் பூ கலந்து செய்த மருந்துகளால் குணமாகும்.

தென்னம் மது

மதுவை தென்னம் பாளையில் இருந்துதான் இறக்குவார்கள. மதுவின் குணம் வேறு, கள்ளின் குணம் வேறு, மரத்தில் இருந்து இறக்கிய மது தான் த மணி தேர்ங் கழித்த பின் கள்ளாக

புளித்து போகிறது. மது என்றால் தேன் என்றும் பொருள். தேனீக்கள் மலர் என் தோறும் சென்று மதுவைக் கொண்டு வந்து சேகரிக்கிறது. மரமேறும் தொழிலாளியும் பல மரங்கள் ஏறிதான் மதுவை சேகரிப்பார்கள். தேன் மருத்துவத்தில் எவ்வளவு இன்றியமையாத பொருளோ, அது போல தென்ன மதுவும் இன்றியமையாத துணை மருந்தாக விளங்கி வந்தது. ஒரே தென்ன மரத்து மதுவை புதியதாக 40 நாளைக்கு காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடுவாரானால் இனத்தெரியாத, பெயர் தெரியாத நோய்கள் யாவும் தீர்ந்து உடல் பலப்பட்டுப் போகும்.

தெங்கின் மதுவருந்த தீயும் தணலழியும்
தங்கி யிடர்கொடுக்கும் தணியா அரிப்புகளும் - தங்குமோ?
இங்கிதமாய் இன் மொழிகள் பேசிவிடும் பைங்கிளியே
வங்குடனே பரவும் படர்தாமரைச் சிரங்கு போம்.

- (ஒலைச்சுவடி)

உடல் சூட்டைத் தணிக்கப் பசும்பால் சாப்பிடுவார்கள். இது போல கரும் உழைப்பாளிகளின் சூட்டை எல்லாம் தென்ன மது தணித்துவிடும். சொறி சிறங்குகள் யாவும் நீங்கும். இதனாலேயே தென்ன மதுவுக்கு “ஆகாசப் பால்” என்ற பெயரும் உண்டானது. பசுவின் மடிக்காம்பில் இருந்து சுரப்பது பசும்பால். தென்னம் பிள்ளையின் பானையில் இருந்து சுரப்பது ஆகாசப் பால். சூட்டைத் தணிப்பதில் இரண்டின் குணமும் ஒன்றே! கெட்ட பசும்பால் உடலுக்கு கெடுதலைத் தருவது போல், ஆகாசப்பால் “புளித்த கள்ளாக” மாறிவிட்டால் மயக்கமும், போதையும் உடலுக்கு பல பிணிகளையும் உண்டாக்கும். உடலில் சொறி, நமைச்சல் உண்டான நோயாளிக்கு தற்கால நவீன மருத்துவர்கள் வைட்டமின் “சி” மாத்திரைகளை விழுங்கச் சொல்வார்கள். ஐம்பது வைட்டமின் “சி” மாத்திரைகள் ஒரு வளை தென்ன மதுவில் உள்ளது என்றால் ஆச்சரியப்படுவீர்கள்! ஷியரோகம், காசம், எலும்புருக்கி, மூலரோகம், இருமல், இரைப்பு நோய் ஆகியவைகளுக்கு பிரண்டை உப்பு, நாயுருவி உப்பு முதலான உயர்ந்த மருந்துகளை தென்ன மது துணைகொண்டு 1 மண்டலம், 2 மண்டலம் ஆக கொடுத்து நோய்களை திறமையாக போக்கிவிடுவது தமிழ் மருத்துவத்தின் புண்ணைய கால வழக்கத்தில் ஒன்று.

மதுவை அருந்துவோர் இங்கிதமாய் இன்மொழி பேசிடுவார்களாம்! சித்தர்கள் கூறியது புளித்துபோன பழைய காய்கள்களை அல்ல! புளித்த கள் அறிவை மயக்கி உடலைக் கெடுத்து விடும். புளிக்காத மது தேன் போல் இனிக்கக் கூடியதே! இதை அருந்தினவர் பைங்கிளியே! என்று மனைவி மக்களுடன் கொஞ்சுவார்களாம். தற்காலம் கண்ட மரப்பட்டை, குப்பையில் கொட்டவேண்டிய அழகல் பழத்தோல், சல்பேட் உரங்கள் மற்றும் பல கரிம காண்டங்களைக் கொண்டு காய்ச்சும் கள்ளச் சாராயத்தை குடித்து விட்டு குடல் இரைப்பைகள் ரணமாகி இறப்பதோடல்லாமல், கள்ளச் சாராய வெறியால் மனைவி மக்களையும் குத்தி கொலை செய்வது சாதாரணமாகி விட்டது! மது இருந்த காலத்தில் எல்லோருமே குடித்துக் கொண்டிருக்கவில்லை.

நாளெல்லாம் கடுமையாக உழைக்கும் தொழிலாளிகளும், விவசாயிகளும் தான் அலுப்பு தீர மது அருந்தினர். தற்காலம் கள்ளச் சாராயத்தை காய்ச்சுவோர் முதல், வீட்டில் உள்ள பெண்டு பிள்ளை வரை, குடிக்க வருவோர், குடித்தவரை பிடிக்க வருவோர், விசாரணைக் காவல் சிப்பந்திகள், சாட்சி சொல்ல வந்தோர் - போனோர் எல்லாமே இந்த கள்ளச் சாராயத்தை குடிசைத் தொழிலாக்கி விட்டனர்! இப்படியாக மது விலக்கு என்ற கிணற்றை வெட்ட முதமாகிய கள்ளச்சாராயம் கிளம்பி விட்டது.

அடி மரப் பட்டை

உயரமான தென்ன மரத்தின் அடி மரப்பட்டையை வெட்டி எடுத்து உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்த பொடி 1 பல்லம் தேங்காய் நெய் 5 பல்லம் ஆக சேர்த்து காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த நெய் உளுக்கு உதவாது. மேல் பூச்சாக எல்லாவித சரீம நோய்களில் தடவி வர பயன்படும். குறிப்பாக உடலெங்கும் உப்பு பூத்து சாம்பல் நிறமாக காண்பவர்களும், உடலின் தோல் நிறம் மாறி வெடிப்பு ஏற்பட்டு, சொறி பிடித்த சரீமம் போன்றவர்களும் இந்த நெய்யை நாள்தோறும் தடவி வர குணமாகிவிடும்.

முற்றிய மரங்கள் இரும்பு தூலங்கள் இல்லாத காலத்தில் பெரிய பாலங்கள் அழைக்கவும், கூரை வீடுகள், நீர் இறைக்கும் ஏற்றம் பூச்சியைக் குறைக்கப் பயன்பட்டது.

குருத்து

ஓலையின் இளம் துளிகள் இவை முளை வரும்போது வெள்ளை நிறமாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கும். நான் ஆக ஆக பெரிதாக வளர்ந்து ஓலை விரிந்து பசுமை நிறமாகி மட்டைகள் நீண்டு வளரும். பின்பு பழுத்து உலர்ந்து காற்றடிக்க கீழே விழும். சிறுவர்கள் தம் வீட்டிலுள்ள வயதான பாட்டன் பாட்டிகளை நையாண்டி செய்யும்போது, "பழுத்தோலையைப் பார்த்து குருத்தோலை பரியாசம் பண்ணுகிறது." என்று சொல்வதுண்டு இந்த குருத்து மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. கப நோய்களில் மார்பில் சேர்ந்த சளிகளைக் கரைத்து வெளியே தள்ளவும், ரத்த மூலங்களில் ஆசன வழி ரத்தம் கழிவதை நிறுத்தவும், உடல் சூட்டைத் தணிக்கவும் பயன்படுத்துகிறார்கள். தென்னங் குருத்து தின்ன ருசி தரும். மெல்லிய இளங் குருத்தாக எடுத்து ஒரு கை அளவு வாயிலிட்டு மென்று தின்று தண்ணீர் குடிக்க மேல் குறித்த நோய்கள் விலகிப் போகும். குருத்து சற்று முற்றியவுடன் இளம்பச்சை நிறமாக மாறுவதால் இதை எடுத்து கத்தரித்து கிளிகள் பறப்பது போல் மடித்து அதை தோரணங்களாக கட்டி, திருமணம் உற்சவம் போன்ற விழாவில் வீடுகளையும், பந்தல்களையும் அழகு படுத்துவது நம் நாட்டு வழக்கம்.

மட்டை

இளம் மட்டையை இடித்து பிழிந்த நீரை நாள்தோறும் குடித்துவர அதிமூத்திர நோய், நீரில் மது (நீரிழிவு நோய்) நீர் சுருக்கு, வயிற்றுக் கடுப்பு, ஆசனவாய் ரணம் ஆகியன போகும். இந்த நீரை பற்ப செந்தூரங்களுக்கும் துணையாக கொள்வது நாட்டு மருத்துவர்களின் வழக்கம்.

ஓலை

மருத்துவப் பயன் உள்ளதாக குறிப்புகள் ஏதுமில்லை. ஆயினும் தமிழ் நாட்டின் பண்புமிக்க விழாக் கோலங்களில் மத சடங்குகளில் வாழை மரத்திற்கு சமமாக விளங்குகிறது. சுருங்கச் சொன்னால் குழந்தை பிறந்து தொட்டில் போடுவது மூதல் பெண்களின் ருதுகால சடங்கு, திருமண சடங்கு, இறுதி யாக மரணமடைந்தவர்களுக்கும் படுக்கையாக மயானம் வரை இந்த தென்ன ஓலை துணைவனாக வருகிறது. சிறுவர்கள் ஓலை

களைக் கிழித்து நாதஸ்வரம் போல் செய்து குழல் ஊதி மகிழ்வதை நாம் காண்கிறோம். காற்று வசதியற்று பல மரடி கட்டிட வீடுகளின் சிறு அறைகளில் அடைப்பட்டு கிடக்கும் நகர மக்களை விட, தென்னம் ஓலையால் கட்டிய சிறு குடிசைகளில் வாழும் நாட்டுபற மக்கள் பன்மடங்கு ஆரோக்கிய முள்ளவர் கள் என திடமாக கூறலாம். இயற்கையான ஏரீகண்டிஷன் உள்ள ஓலைக் குடில்களுக்கு இணையாக, செயற்கை ஏர் கண்டிஷன் அறைகளை ஒப்பிட முடியாது. பெரிய-பெரிய மரநாடுகள் யாவும் தென்னை ஓலையின் ஆடம்பர பந்தலில்தான் நடந்து வருகின்றன அல்லவா?

சர்க்கு

ஓலையின் நடுவில் உள்ள குச்சிக்குத்தான் சர்க்கு என்பார்கள். இது மருத்துவ பயன் உள்ளதாக வழக்கிலும் இல்லை. நீளமான தென்னங் குச்சிகளை கிழித்தெடுத்து மண் தரைகளை துப்புரவு செய்ய "தொடைப்பானாக" பயன்படுத்துவார்கள். தெருக்களையும், குப்பை கூளங்களை பெருக்கித் தள்ள மூங்கில் கழிகளில் இக் குச்சிகளைப் பின்னி அகலமான கூட்டும் மடல் களாகச் செய்து, நகராண்மைக் கழகம், ஊராட்சி மன்றம் ஆகியவை பயன்படுத்தவதை நாம் காண்கிறோம்.

தென்னம் பாளையின் பூ

பாளையின்பூ பூக்களை முடியுள்ள சுமார் நான்கு அங்குல கனமும் இரண்டு முழ நீளமும் உள்ள நீண்ட தடி உருளை வடிவ மாகி பார்வைக்கு தண்டாயுதம் போன்று இருக்கும். முற்றிய வுடன் பாளை வெடித்து சரம், சரமாக பூக்கள் தொங்கும். இளம் பூ பிஞ்சுகள் மாதுளம் மணிகள் போல் காணும்.

பூவின் மருத்துவ குணமும் பயனும்

பாளையின் உள்ளிருக்கும் இளம்பூ பொதுவாக சிறுநீரைப் பெருக்கித் தள்ளுவதில் அருகம்புல், ஆடாதொடை, குப்பை மேனி, கீழாநெல்லி, நெருஞ்சில் போன்று வேலை செய்து மூத்திர தாரையின் குற்றங்களை போக்கி துப்புரவு செய்கிறது. மேலும் பிசியை உண்டாக்கி உடலுக்கு பலத்தையும் தருகிறது. உடலின் உட்கூட்டை தணிக்கும், உடம்பின் மேல் தோலில் பொங்கி எழும்பும் சொறி சிறங்குகளையும் போக்க கூடியது. தென்னம்பூ

காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒருபிடி வாயிட்டு மென்று தின்ன
மேக நோய், வெள்ளை ஒழுக்கு, உட்சுரம், ரத்த வார்த்தி, ரத்தம்
கெட்டு வரும் நோய்கள், அரையாப்பு, விப்புருதி, சிலத்தி
முதலிய நோய்கள் குணமாகும். 10 முதல் 20 நாள் தொடர்ந்து
சாப்பிட்டு பத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

மேகம், அகக்கொதிப்பு வீறுவிரத்த பித்தம்
வேக அசிர்க்கரனோய் வீழ் பிரமி—தேகத்தில்
வின்னம் பாலிக்கும் விடபாகம் போகா வென்றால்
தென்னம் பாளைப் பூவைத் தின்.

— (கும்பமுனி)

தென்னம் பாளையின் இளம் பூக்களை கல்லூரில் போட்டு
மர உலக்கையால் இடித்து துணியில் வைத்து பிழிந்த சாறு,
எள்ளின் நெய் இவை இரண்டும் சம அளவு எடுத்து காய்ச்சி
சாறு சுண்டிய பின் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு அதை தீராத
சொறி, சிரங்கு, புண், கொப்புளம், சீழ்கொண்ட ரணங்கள்
மேக ரணங்கள், கரப்பான் ஆகியவைகளுக்கு மேலே தடவிவர
யாலும் நீங்கி உடல் சர்மம் மிருதுவாகிவிடும். இந்த நெய்யை
உள்ளுக்கும் 5 முதல் 10 துளி வரை பசும் பாலில் வயதுக்கு
தக்கபடி கொடுத்து வர பாட்டில் குறிப்பிட்ட நோய்களும்
பறந்துப்போகும்.

தென்னை மரத்துப் பாளை வெடிக்காததாக எடுத்து வந்து
அதை உடைத்து அதனுள்ளே இருக்கும் இளம் பிஞ்சுகளை
ஒருபிடி எடுத்துப் பசும்பால் விட்டு அரைத்து ஒரு எலுமிச்சங்
காய் அளவு, காய்ச்சிய ஆழாக்கு பசும்பாலுடன் காலை மாலை
40-நாள் விடாமல் சாப்பிட ஆண்களுக்கு உண்டான நரம்புத்
தளர்ச்சி, ஸ்கலிதம் தாது நீற்றுப்போய் போக உணர்ச்சியற்றுப்
போதல் முதலியவை நீங்கி, தாது புஷ்டியும், வாஸி மிடுக்கும்,
பலமும் உண்டாகி வாழ்க்கை நலம் பெறும் ஆனால் 40-நாள்
வரை மனத்தைக் கட்டுப்படுத்தி உடல் உறவு வைத்துக்
கொள்ளக்கூடாது. அதிக புளி, காரம் நீக்கவும்.

முற்காலத்தில் உற்பத்தியைப் பெருக்கச் சொல்ல எந்த
வித பிரசாரமும் கிடையாது. விவசாயி அதிகாலையில் எழுந்து
தன்பாட்டில் நிலத்தை உழுது பயிர் செய்து கடமைகளைத்
தவறாமல் செய்து வந்தான். நெல் விளைப்பவர் அரிசி

சோற்றை உண்ணமாட்டார்கள். காரணம் அது கட்டிவராது.
பகலெல்லாம் கூழ், களி, பழைய கஞ்சி இவைகளைத்தான்
நிறைய உண்டு, வயலில் பாடுபடுவார்கள். மாலைப் பொழுது
ஆனதும் ஒன்று அல்லது இரண்டு மொந்தை மதுவை அருந்தி
விட்டு தோசை, இட்டிலி போன்றவைகளையும் தின்றுவிட்டு
வந்தால் வயலில் பாடுபட்ட களைப்பெல்லாம் பறந்தோடிப்
போகும். வீட்டிலே சாப்பிடாமல் படுத்துறங்கி விடுவான்!
மீண்டும் அதிகாலையில் எழுந்திருக்கும்போது உடல் வலி
தெரியாது.

கடமையைச் செய்யவும் தயங்கமாட்டான். ஆனால்
இன்று குடியானவன் வாழ்க்கை நிலையே மாறிவிட்டது! “கோழி
கூவுதே வயலுக்கு போகலை” என்று தட்டி எழுப்புவான் மனைவி,
“அட சே! சும்மா கெடப்பியா..... ஒடம்பெல்லாம் வலிக்குது”
என்று வேட்டியை இழுத்து போர்த்திக் கொள்ளுவான்.
ஆதவன் உதித்த பின் அரை மணி கழித்து எழுந்து நேராக “உ”
கடைக்குச் சென்று ‘ஸ்டாங்க ஒரு உ போடய்யா’ என்று
தேயிலை பானம் கேட்டு வாங்கி குசித்து குடிப்பான் தென்ன
மரத்தைப் பார்த்துக் கொண்டே. அந்த சமயம் அங்கு பிளாக்
டெவலப்மெண்ட் ஜீப்வண்டியில் ஒலிபெருக்கி மூலம் “விவசாயி
களே! உணவு பற்றாக்குறையைப் போக்க, பஞ்சம் பசிப்பட்டினி
ஒழிய உற்பத்தியை பெருக்குங்கள்” என்று சொல்லிக்கொண்டே
போவார்கள். உயை குடிக்கும் அந்த விவசாயி எழுந்து போய்
வீட்டிற்குச் சென்று மீண்டும் ஒரு உறக்கம் போடுவான். இது
தற்கால கிராம நடப்பு!

மதுபானம் எந்த காலத்தில் தோன்றியதோ? வரையறுத்
துக் கூற இயலாது. மக்களின் நலத்தையும் சுபிட்சத்தையும்
நோக்கமாகக் கொண்டு மதுவிலக்கு அமலுக்கு வந்ததை யாவ
ரும் விரும்பி வரவேற்க வேண்டியதே, ஆனாலும் இம் முயற்சி
19 ஆண்டுகளாகியும் “வாஸு போயி கத்தி வந்தது நும்மும்”
என்ற கதை போல மது கடைகள் போய், மருந்து கடைகளில்
ஜிஞ்சர் பெரீஸ், பெயின்ட் கடைகளில் பிரஞ்சு பாரிஷ்
(கலங்கல்), ஸ்பிரிட்டு புட்டிகள் இப்படியாக போய் கள்ளச்
சாராயமாக வந்துதான் மிச்சம்! இவைகளை மனித முயற்சியில்
ஒழித்துக் கட்டுவது எளிதான விஷயமல்ல. உலகில் மது,
மங்கை, புகைப்பழக்கம் ஆகியவைகளை சட்டம் கொண்டு
திருத்த முயன்ற போதிலும் இவைகள் மூர்வ கர்ம விகை மூண்ட
கம். நா. மு. பா — 13.

மக்களைப் பிடித்தே ஆட்டுவிக்கும் என்பது பெரியோர் வாக்கு. இதை பல மேனாட்டு அறிஞர்களும் ஒப்புக்கொள்ளுகின்றனர்.

“செம்மையில் ஆறம் செய்யாதார் திரவியஞ்
சிதற வேண்டி நம்மையும் கட்டுகுடி
குதும் நான்முகன் படைத்த வாறே!”

நல்லவழியில் தருமம் செய்யாதவர்கள் பொருள் யாவும் வேசியர், கள்ளுடி, சூதாட்டம், இவைகளில் அழியும்பொருட்டு பிரம்ம தேவன் படைத்து இருப்பதாக விவேகசிந்தாமணி கூறுகிறது. ஆகவே மதுவைக் கண்டு நல்லவர்கள் பயப்பட வேண்டிய தில்லை. மேலும் இந்த மதுகடைகள் இருந்தபோது சில கெடுதல்கள் இருந்த போதிலும் பல நன்மையும் இருக்கத்தான் செய்தன.

குறிப்பாக :

(1) விவசாயம் செழித்தோங்கியது. உற்பத்திப் பெருக்கச் சொல்லவேண்டிய அவசியமே இல்லாமல் இருந்தது.

(2) தற்போது இருக்கும் வரிகள் எல்லாம் 90 சதவிகிதம் அப்போது மது அரக்கனின் தலைமீது விழுந்தது. வியாபாரிகள் கணக்குப் புத்தகங்களை எடுத்துக்கொண்டு விற்பனை வரி ஆபீசு களுக்கு ஒடிச்சென்று கை கட்டி உத்திரவு சொல்லும் நிலை இல்லாமல் சொற்ப லாபத்திற்கு நியாயமான விலைக்கு பண்டங் களை விற்று ஜீவனம் செய்தனர்.

(3) மருத்துவ மனைகள் காலியாக கூட்டமின்றி கிடந்தன. குடல் புண், இரைப்பை புண் என்றும், காசம், கடிபம் என்றும் நிறைய கேஸ் வந்ததில்லை.

(4) சிறைச்சாலைகளிலும், கோர்ட்டுகளிலும் நெரிசல் இல்லாமல் இருந்தது.

(5) காவல் நிலையத்தார்(போலீசார்) கண்டவர்களை கண்ட நேரத்தில் பிடித்து (நாள்தோறும் கள்ளச் சாராயம் குடிப்பவர்கள்) “ஏய் உன் வாயை ஊது” என்று கேட்கச் சொல்லுவது அந்த காலத்தில் கிடையாது. திருடர்களை தேடி, குண்டர்களை நாடிச் சென்று அவர்களை அடக்கி ஒடுக்கி அமைதியை நிலை நாட்டி வந்தனர். இவை யாவும் உண்மையே ஒழிய கற்பனைகள் அல்ல!

(6) ரொட்டி கடைகளில் தென்ன மதுவைச் சேர்த்து ரொட்டி தயாரிப்பார்கள் அந்த நாளில், அந்த ரொட்டியைத் தொட்டால் பூவைப்போல அவ்வளவு மிருதுவாக இருக்கும். அதை தின்றால் உடலுக்கு மிகுந்த வலிமையும் ஆரோக்கியத் தையும் கொடுத்தது. இதை நம்பாதவர்கள் ரொட்டி கடைக் கார பழைய நண்பர்களைக் கேட்டுப் பாருங்கள்!

(7) கருத்தரித்த மங்கையர்களுக்கு புத்தம் புதிய மதுவை இரண்டு அவுன்ஸ் காலையில் மட்டும் எட்டாம் மாதத்திலிருந்து கொடுத்து வர பிறக்கும் சிசு நிடகாத்திரமாகவும், அழகு மிக்க தாகவும் இருந்தது என்பது பழங்கால அனுபவ உண்மை!

(8) சித்த மருத்துவ முறையில் கை கால் காந்தல், எரிச்சல், வெடிப்பு ஆகியவைகளுக்கு “அழற்சி வெண்ணை” என்ற ஓர் முறை. இந்த முறை மருந்து செய்ய புளித்த கள் வேண்டும். மது இன்றி மறைந்து போயின!

கள் வேண்டுமோர் சங்கம் என்று தற்காலம் ஆங்காங்கே அமைத்துக்கொண்டு இருக்கிறார்கள். இது ஓர் விந்தையான சங்கம் “படிப்பது ராமாயணம் இடிப்பது பெருமாள் கோயில்” என்றபடி. வேண்டுவது கள் - மறியல் செய்து காய்ச்சுவது கள்ளச் சாராயம்! என்ன கொள்கையோ இது! கள் வேண்டுமோர் மரத்தின் மீது ஏறி, பாளையில் இருந்து அல்லவா கள் இறக்கவேண்டும்.

இளநீர்

பாளையில் இருந்து வெளிப்பட்ட பூ முதிர்ந்து குரும்பை ஆகும். இந்த குரும்பைகள் சில நாட்களில் பெருத்து இளநீர் ஆகும். இது ஓர் இயற்கையான தாகவிடாய் தீர்க்கும் அருமருந்து. கோடையிலே இளைப்பாற்றிக் கொள்ளும் குளிர் தரும் வேனில் குடிநீர் இளநீர் காய்கள். தென்ன மரம் பூமியில் உள்ள நீரை வேரால் உறிஞ்சுகிறது. பிறகு அந்த நீரை மக்களுக்கு ஒருவித பயனும் கருதாமல் குடத்தில் இட்ட நீர் போல இளநீரைத் தருகிறது. இது போல நாமும் இருக்கவேண்டும் என்பதை, அது நன் செய்கையால் கட்டிக் காட்டுவதாக நம் நாட்டுக் கவிஞர் புனைந்து இருக்கிறார்கள்.

நன்றி ஒருவர்க்குச் செய்தக்கால் அந்
நன்றி என்று தருங்கொல் என - வேண்டா
மின்று தளரா வளர் தெங்கு தாளுண்ட
நீரைத் தலையாலே தான் தருதலால்.

— (செய்யுள்)

இளநீர் குணம்

இதில் அனேக விதமுண்டு. செவ்விளநீர், பச்சை இளநீர்
மஞ்சள் கச்சி இளநீர், கருவிளநீர், அடுக்கிளநீர். சோரி இளநீர்,
தேளி இளநீர், குண்டற்கச்சி இளநீர், ஆயிரங்கச்சி இளநீர்,
கெவுளி பத்திரை இளநீர், என்பன போன்றவைகள். கால,
தேசம், மண் வளம், சீதோஷ்ண நிலக்கு ஏற்றபடி பலவித
நிறங்களாக வளரும். ஒவ்வொரு நிறமும் ஒருவித நோய்க்கு
உதவுவதாக சித்தர் உரை விளக்கம் கூறுகிறது. எல்லா வித
இளநீர்களும் பொதுவாக உஷ்ண சீதள குணத்தையுடையது.
உட்கூட்டைத் தணித்து உள் அழலை ஆற்றும். சிறுநீரை மித
மாக அளவுடன் வெளியேற்றும். மலச்சிக்கலை உடைத்து
மலத்தை இளக்கும் பேதியானாலும் நிறுத்திவிடும். வாதநோய்
பித்த குற்றம், கபக்கட்டு, பயித்தியம், வாந்தி ஆகியவைகளும்
போகும்.

என்று இளநீர் நீரிடக்கும் கப மறுக்கும் நீ
துன்றனலார் சீதமெனச் சொல்லுவார் காணின் றெழும்பும்
பித்தமொடு வார்தியும் போம் பேதிகட்டு ரண்டு முண்டாம்
கொத்தலரும் பூங்குழலாய் கூறு.

(ப. கு. சி.)

சயரோகிகளுக்கு செவ்விளநீரும், கண் ரோகமுடையோர்
களுக்கு பச்சை இளநீரும், பித்த சிலேத்தும நோயாளிகளுக்கு
மஞ்சள் கச்சி இளநீரும், கபரோகம், சிரங்கு புண் உடையவர்
களுக்கு கருவிளநீரும், மூல ரோகம், சீதள ரோகமுடையவர்
களுக்கு அடுக்கு இளநீரும், ரத்தமாகவே போகும் மேகநோய்
உடையவர்களுக்கு தேளி இளநீரும், சோகை ரிடித்த பாண்டு
நோயுடையவர்களுக்கு சோரி இளநீரும், பசியே இல்லாதவர்
களுக்கும், மலச்சிக்கலுடையவர்களுக்கும் குண்டற்கச்சி இள
நீரும், வயிற்று வலி, ரணம், மூன்ம ரோகமுடையவர்களுக்கு

ஆயிரங்கச்சி இளநீரும் குடிப்பது நோய்களை விலக்கி ஆரோக்
கியம் அளிக்கும் என்பது நூல் வரலாற்று உண்மை! ஆனால்
இவ்வளவும் பழக்கத்தில் இருந்து வந்து இருப்பதை மரம் ஏறு
பவர்களுக்கும் நன்றாகத் தெரியும்.

மதுவை இறக்கியவுடன் குடிப்பது போல இளநீரும் மரத்
திலிருந்து தள்ளியவுடன் பருக, நோய்கள் நீங்கி நலம் தரும்.
பழைய இளநீரை பருகினால் சலதோடம், பலவித பிணிகளையும்
உண்டாக்குமென்பதில் ஐயமில்லை. மேலும் இளநீரை காலை
நேரங்களில் வெறும் வயிற்றில் குடிப்பது கெடுதலைத்தான் உண்டு
செய்யும். இளநீர் குடிக்கும் நேரம் பகல் உணவுக்குப் பின்பு
1 மணி முதல் 3 மணி வரை குடித்தல் வேண்டும் என்பது
மருத்துவ விதி.

மருத்துவப் பயன்

இது சில குறிப்பிட்ட முறைகளுக்கு இன்றியமையாத
பொருளாகிறது. இளநீர் பலவித நச்சுத் தன்மையுடைய
பாஷாண கற்களை சுத்தி செய்ய உதவுகிறது. செவ்விளநீர்
இல்லாமல் சந்தனாதி கைலம் காய்ச்சுவது பயன் தராது. பீனிச
கைலம் காய்ச்சுவதானால் இளநீர் மூலச்சரக்காகும். வெண்
பூசணி நெய் தயாரிப்பதானாலும் செவ்விளநீர் அவசியமாகத்
தேவைப்படும்.

வெப்ப நோய் பற்பம்

ஒரு குவளை இளநீரை பழைய மண் பாண்டத்தில் விட்டு,
அதில் உயர்ந்த வெண் குங்கிலியத்தைப் போட்டு கொதிக்கக்
காய்ச்சி நீர் சுண்டும் தருணத்தில் குங்கிலியத்தை எடுத்து நீரில்
கழுவி உலர்த்த வேண்டும். பின்பு நன்றாக தூள் செய்து புட்டி
யில் வைத்துக்கொண்டு மூன்று முதல் ஐந்து அரிசி எடை பசும்
பால், வெண்ணை, நெய் ஆகியவைகளில் கலந்து நாள்தோறும்
மூன்று வேளை உண்ண பித்தச் சூட்டினால் வந்த வெப்ப நோய்
கள், சொட்டு மூத்திரம் சிவந்து குறைவாக போதல், வெட்டை
ரத்தம், வெள்ளை விழுதல், மூத்திர தாரை ரணம், எரிச்சல்
ஆகிய நோய்கள் குணமாகின்றன. இதற்கு 'குங்கிலிய பற்பம்'
என்று பெயர்.

வெண்ணுட்ட வெண்ணை

ஒரு பலம் அச்சுப் பிசுநெய்யை ஒரு சுத்தமான எலர்சில்வர் பாத்திரத்தில் விட்டு காய்ந்த பின்பு அதில் அரை பலம் பூனைக் கண் குங்கிரியம் (விட்டிறக்கிப் பின் கருக்கு நீரில் கழுவி ஏழு முறை சுத்தி செய்த பின்பு) போட்டு இரண்டரைக் கலந்த பின், ஓர் வாயகன்ற பாத்திரத்தில் செவ்விளநீர் முக்கால் பங்கு விட்டு காய்ச்சிக் கலந்த நெய்யை அதில் விட்டு மோர் கடைத்து எடுக்கும் மர மத்து கொண்டு கடைத்து கொண்டிருக்க தூய்மையான வெண்ணை திரண்டு வரும். இதை வழித்து ஒரு கண்ணாடி பாத்திரத்தில் வைத்துக்கொண்டு நாள் தோறும் புளியங்கொட்டை அளவு உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, வெளுத்துப்போன தோல்களின் மேல் பூசிவர வெண் குட்டங்கள் யாவும் சிறுக சிறுக மறைந்து காணாது போகும். பத்தியமிருப்பது அவசியம். இதை எலும்பு களில் காணும் ரணங்களுக்கும் பயன்படுத்தலாம்.

கண் ரோகங்களுக்கு மருந்து

இளநீர், பசும் பால், எள் நெய் ஆக மூன்றும் வகைக்கு அரை படி ஒன்றாக கலந்து அடுப்பில் வைத்து, சந்தனத் தூள், விளாமிச்ச வேர், அதிமதுரம், நன்னூரி வேர், நெய்தல் கிழங்கு ஆகியவைகளை வகைக்கு ஒரு பலம் வாங்கி உலர்த்தி சுத்தம் செய்து தூய்மையாக தூள் செய்து அடுப்பில் காயும் மேல்படி குழம்பில் சிறுக கொட்டி கிளறிவிட்டு நன்றாக கொதித்து குழம்பு பதமாக வந்ததும் இறக்கி, ஆறிய பின்பு சுத்தமான துணியில் வடிகட்டி புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும். இதை கண்ணில் துளிக் கணக்கில் விட்டு வர கண் நோய்கள், கண் உளைச்சல், பிணை கட்டுதல், கண் ரணமாகி சிவந்து போதல், நீர் அருகல் போன்ற கண் சம்மந்தமான நோய்களைப் போக்கும். இம்முறை அகத்தியர் கண் நோய் படலம் என்ற நூலில் காணலாம். இதற்கு இளநீர் குழம்பு என்றும் பெயர். இன்னும் இளநீர் கொண்டு காய்ச்சும் தமிழ் மருத்துவ முறை, பரம்பரை மருத்துவர்களிடம் மறைந்து விடக்கின்றன!

வழுக்கை

தென்ன மரத்தின் உறுப்புகளில் எல்லாவற்றிலும் மிகச் சிறந்ததும், நாவிற்கு மிக ருசியாக இருப்பது இளநீரின் வழுக்கை.

இளநீர் குடிப்பவர் காயை வெட்டி வழுக்கையை தரவிட்டால் அங்கிருந்து நகரவே மாட்டார்கள்! இதன் செய்கை சிறுநீரை பெருக்கும். குட்டை தணிக்கும். சிறப்பாக கணச்சுரு, இருமல் கப் ரோகம், சய் ரோக நோய் உடையவர்கள் வழுக்கையை நாள் தோறும் சாப்பிட மிகவும் நன்மை பயக்கும்.

தேங்காயும் இறைவன் துதியும்

இளநீர் முற்றினதும் தேங்காய் ஆகும். சிவபெருமானுக்கு முக்கண்ணன் என்ற பெயர் உண்டல்லவா? இதே “முக்கண்ணன்” என்ற பெயர் தேங்காய்க்கும் உண்டு. முக்கண் படைத்த இறையனார் சிவபெருமானுக்கு அர்ப்பணம் செய்யும் பொருள்களில் சிறந்தது முக்கண் தேங்காய்தான்! “நாரிகேளம் சமர்ப்பயாமி” நாரிகேளம் என்பது சமஸ்கிருதம். இதை இறைவனக்கத்திற் குரியதாகி வைத்தனர். நம் முன்னோர், காரணம் என்ன தெரியுமோ? சைவ சமய கோட்பாடுகளில் தெய்வங் களுக்கு பணி (நரபணி, மிருகபணி முதலானவைகள்) கொடுப்பது யாவும் மூன்று வித அடிப்படை காரணத்தால் அலைகழிக்கப்படு கின்றன. அவை ஆணவம், கன்மம், மாயை என்ற மும் மலங் களே! மனிதப் பிறவி எடுத்த மக்கள் இந்த மும் மலங்களுக்கும் நீக்கி தூய்மை (வெள்ளை மனம்) பெறுதல் வேண்டும் என்பதை தேங்காய் பணி உணர்த்துகிறது. தேங்காய் (ஆணவம்) என்னும் மேல் மட்டையை உரித்து (கன்மமாகிய) உள்ளே இருக்கும் நார் போக்கி, (மாயை) என்ற கடினமான ஓட்டை மதி கொண்டு உடைத்து அதனுள் இருக்கும் (மனம்) என்ற வெண்மையான தூய தேங்காய் சாட்சியாக “உமக்கு என்னையே அர்ப்பணம் செய்கிறேன் மும்மலம் நீக்கி, அடியேனை ஆட்கொண்டு இனி பிறவா வரம் அருளவேண்டும்” என்று இறைவனிடம் வேண்டல் செய்வது தமிழ் நாட்டின் பண்பாடு. தேங்காய் ருசியாக தின்பதற்கு சாமிக்கு உடைக்கிறார்கள் என்று நினைத்து விடாதீர் கள்! இறைவழிபாட்டில் சிறப்புற்ற தேங்காய் நினைத்ததைக் கொடுக்கும். ஆனால் தெய்வ சாட்சியாக கேட்க வேண்டும்! திருடன் கூட அவன் தொழிலுக்கு போகும் போது “பிள்ளையார் அப்பனே இன்னிக்கு நல்ல வேட்டை கிடைச்சா, உனக்கு ரெட்டை தேங்காய்” என்று நினைத்து வணங்கிப் போவான். பரீட்சை எழுதும் மாணவர்களும் டஜன் கணக்கில் பிள்ளையா ருக்கு லஞ்சம் கொடுப்பதாக வேண்டிக் கொள்ளுவார்கள்.

உற்சவம், திருமண சடங்குகள், விழா, நல்லது, பொல்லது எல்லாவற்றிற்கும் முன்திற்கக் கூடிய பூலோக கற்பக விருட்சத்தின் காய், உணவு பதார்த்தங்களில் சேர்ந்துவிட்டால் நானிற்கு ருசி பன்மடங்கு அதிகரிக்கச் செய்து நிறைய உண்ணச் செய்து விடுகிறது.

திருமாங்கல்யமும் தேங்காயும்

இத்துக்களின் திருமணத்தில் மட்டை உரித்த நாகுடன் உள்ள தேங்காய் முக்கிய ஸ்தானத்தை வகித்து வருகிறது. மணமகள் திருமாங்கல்யத்தை மணமகள் கழுத்தில் கட்டி தன் மனைவி என்று சொல்லக் கூடிய உரிமை பெறு முன்பே இந்த தேங்காய்க்கு தான் கட்டி பல பெரியோர்களின் ஆசி பெற்று, தானி கட்டும் சடங்கு நமது நாட்டில் தொன்று தொட்டு நடந்து வருகிறது. இப்படிச் செய்வதன் மூலமாக மணமக்களுக்கு “எண்குண உலகியல் வாய்ப்பும்” (அஷ்ட வித சௌபாக்கியங்களும்) உண்டாகும் என்பது பெரியோர்களின் தத்துவமாகும்! எனவே தேங்காய்க்கு எவ்வளவு மதிப்பு இதனால் இருக்கிறது என்பதனை ஒருவாறு ஊகித்தறியலாம். யாராவது பெரியோர்கள் கொஞ்சம் மந்த புத்தியுள்ள சிறுவரைப் பார்த்து “டேய் தென்னங்காய்” என்று கூப்பிடுவதை கண்டு வருத்தமடைய வேண்டாம்! அறிவுடையவன் தான். ஆனாலும் அறியாமை என்ற மட்டையை உரித்து உடைத்தால் உள்ளே காயின் பருப்பு காணுவது போலவே அறிவைத் துலங்கச் செய்யும் வார்த்தை தான் “தென்னங்காய்” என்ற சிலேடை பெயர் அல்லவா?

தேங்காய் மருத்துவ குணமும் முறைகளும்

தேங்காய் பால் குளிர்ச்சி தரும், தாது விர்த்தியாகும், உள் ரணங்கள் ஆறும். சிறுநீரையும் பெருக்கச் செய்து வயிற்றிலுள்ள சிறு புழுக்களை மலத்துடன் வெளித் தள்ளும். ஆனால் தேங்காய்ப் பால் வாத உடம்பினர்களுக்கும், பித்தமதிகரித்தவர்களுக்கும் கெடுதலைத் தரும்.

தேங்காயை திருகி பால் பிழித்து காசியில் வாரம் இரண்டு அல்லது மூன்று நாள் தலையில் தேய்த்துக் கொண்டு அரை மணி சென்ற பின் தலை முழுவிலு வர தனியாத உடல் குடுகள் யாவும் தணிந்து போகும். கண் எரிச்சல் அடங்கும். மயிர் உதிர்வதை

யும் தடுக்கும். அதோடு பள பளவென கருமையாக முடிவளரும். தூக்கம் மிக நன்றாக வரும். தலை மண்டையில் காணும் சுண்டு, பொருகு, நமைச்சல் அடங்கும். நீண்ட நாள் தலை மயிர் வெளுக்காமல் இருக்க வேண்டும் என்பவர்கள் எல்லோரும் தேங்காய் பால் தலைமுழுக்கு செய்து வாருங்கள்! ஆனால் ஒன்று தேங்காய் பால் முற்றிய பருப்பில் இருந்து எடுத்தல் அவசியம். தேங்காய் பால் மணவாழ்க்கையில் உள்ள யாவருக்கும் இன்றியமையாதது. உடலில் உள்ள அணுத்திசுக்களையும் தாதுப் பொருள்களையும் நன் முறையில் வளர்க்கும்.

“மாங்காய் பாலுண்டு மலைமேல் இருப்போர்க்கு

தேங்காய் பால் ஏதுக்கடி - குதம்பா”

என்று குதம்பை சித்தர் பாடியிருக்கிறார் என்று சொன்னவுடன் நீங்களும் தேங்காய் பாலை மறந்துவிட்டு திடீரென்று சித்தர்கள் போல் துறவி ஆகிவிடாதீர்கள்.

விதை வீக்கம் கரைய

வாதம் விதையில் கண்டு வீங்கியவர்கள் முற்றிய தேங்காயைத் திருகி வேண்டிய அளவு எடுத்து ஒரு இரும்பு வாணலியில் போட்டு சிறிது விளக்கெண்ணை விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் பொறுக்குமளவு வீங்கிய விதையில் வைத்து கட்ட வீக்கம் கரைந்து வரும். இம் முறை இரவு நேரங்களில் படுக்கையில் தவறாமல் செய்து வர பலருக்கு வீக்கம் கரைந்துள்ளது.

தாய்ப் பால் சுரப்பதை தடுக்க

தாய்ப் பால் வேண்டாதவர்கள் தேங்காயைத் திருகி அதை வதக்கி மார்பகத்தில் வைத்து கட்டி வர வறண்டு போகும்.

தேங்காய் பாலை காய்ச்சினால் நெய் ஆகும். இதை எடுத்து வடிகட்டி வைத்துக் கொண்டு தலையில் தடவி வர தலை மயிர் உதிராமல் நீண்டு வளரும்.

நாக்கு புண், உதடு ரணம், வாய் உள் ரணம், தொண்டை புண் ஆகியவைகள் தீர தேங்காய் பாலை தினந்தோறும் இரண்டு தடவை வாயிலிட்டு நன்றாக தொண்டை வரை மேலும் கீழும் கலையை ஆட்டி கொப்பளித்து கீழே உமிழ்ந்து விடவும்.

மூன்றாம் தடவை ஒரு முடக்கு தேங்காய்பாலை குடித்து விடவும். இப்படிச் செய்ய வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண் யாவும் போகும்.

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பான முறைகள் என்று சொல்லப்படும் புங்க தைலம், சித்தாதி எண்ணை, கரப்பான் தைலம் என்பவைகளை தேங்காய் பால் முதன்மையான சரக்காக சேர்த்து செய்யப்படுகிறது. இதனால் சூதக வெட்டை, சொறி சிரங்கு, பரங்கிப்புண், பவுத்திரம், கிரந்தி, கர்ப்பசூலை, பைத்தியம், அரையாப்பு, குன்மம், லிக்கல், பூச்சிவெட்டு, கரப்பான், மேக ரோக மாமிச கிரந்தி ஆகியவைகள் குணப்படுத்தப் படுகின்றன என்றால் தேங்காய் பாலின் சிறப்பை எழுதவும் வேண்டுமா?

கொப்பரை

தேங்காய் முற்றியதும் அதில் உள்ள பால் வற்றி நெய் பசுமையாகி பருப்பு உலர்ந்து காணும். இது வெகுநாள் கெடாமல் இருக்கும். இதன் ஓட்டை நீக்கி பக்குவம் செய்து பல உலர்ந்த பழம் கொட்டை பருப்பு தினுசுகளில் சேர்த்து வெளி நாடுகளுக்கும் அனுப்புவார்கள். கொப்பரை தேங்காயை செக்கில் ஆட்டி நெய் எடுப்பார்கள். தேங்காய் மலையாள நாட்டில் வீட்டு உபயோகமாக பலகாரங்கள் செய்யவும், தலை முழுகவும், நாள் தோறும் தலைக்குப் போட்டுக்கொள்ளவும் ஏராளமாக பயன்படுத்துவார்கள். இவர்களின் உடல் கொழு கொழு வென்று மினு மினுப்பாக இருப்பதைக் காணலாம்.

அகத்தியனார் அருளிய 800 என்ற நூலில் இடி வல்லாதி மெழுகு என்ற ஓர் முறை மிகவும் பிரசித்தமானது. செய்வது மிகவும் தொல்லை. இதில் கொப்பரை தேங்காயும் பனைவெல்லம், சேராங்கொட்டை சேர்த்து தயாரிக்கப்படும் இந்த மெழுகு, கருமேகம், பலவித குட்டம், அரையாப்பு, கிரந்தி, வாத நோய்கள், படை, சிலைப்புண், பலவித ரணம், புற்றுநோய் ஆகியவைகளுக்கும் நல்ல மருந்தாகும்.

ஓடு

தேங்காயின் ஓடு எதற்கு என்று சிலர் நினைப்பார்கள். இதிலும் பல நற்பயன்கள் உள்ளன. ஏழை மக்கள் குடிசைகளில் சென்று பார்த்தால் எவர்சில்வர் பாத்திரமா இருக்கும்? மண் சட்டிகளில் பொங்கிய சோற்றையும், குழம்பையும் அள்ளி

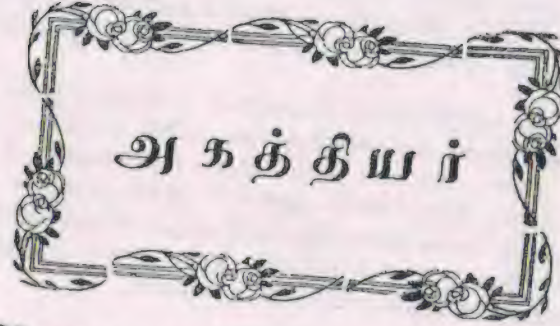
எடுக்கும் கரண்டியாக இந்த தென்னங் கொட்டாங்கச்சிகளைக் காணலாம். இவை களிம்பு ஏருது. இயற்கை பாத்திரங்கள் உடம்பிற்கு மிக நல்லதே! இந்த தேங்காய் ஓட்டின் தலைப்புறத்தில் மூன்று கண். இதை கண்ணாரம் (கண் திருஷ்டி கழிப்பு செய்ய கொளுத்தி சுற்றிபோடும்) வழக்கம் பழங்கால முறைகளில் ஒன்று.

உடம்பில் ஆங்காங்கு யானைத் தோல் போன்று சருமங்களில் கடினமாகி சொற சொறப்பாகும் வியாதி, பக்கு கட்டும் படைகள், தோலுரியும் நோய்கள் ஆகியவைகளுக்கு தேங்காய் ஓடுகளை சிறு கநறுக்கி துண்டுகளாக்கி ஒரு பாணியிலிட்டு குழித் தைலம் (பூ புடம்) இறக்கி, சம அளவு தேங்காய் நெய் கலந்து தடவி வர குணமாகி விடும். இதற்கு சிரட்டைத் தைலம் என்று பெயர்.

தேங்காய் நார்

இது கேரள நாட்டையே வளப்படுத்தி விட்டதாகக் கூறலாம். ஏனெனில் தென்னை மரங்கள் அங்கு தான் அதிகம். தேங்காய் நார்களினால் செய்யாத பொருட்களே இல்லை! பல அழகிய வண்ண நிறங்களில் பாய்கள், கூடைகள், சித்திர வேலைப்பாடுகள் அமைந்த வீட்டு உபயோகச் சாமான்கள், மிதியடிகள், சிறிய கயிறு முதல் பெரிய வடம் போக்கி கயிறுகள், கவலைமாடு கயிறு, வீட்டைக் கட்ட சாரக் கயிறுகள், தேங்காய் நார் பஞ்சு கயிறு, வீட்டைக் கட்ட சாரக் கயிறுகள், தேங்காய் நார் பஞ்சு மெத்தை வரையில் இன்று எவ்வளவோ எண்ணற்ற தொழில்களை நடத்தி மக்கள் பிழைத்து வருகின்றனர். என்ன இருந்தாலும் தென்னைமரக் கணவன்மார்கள் மதுவிறக்குவோர் தொழில் நசிந்த பிறகு தென்னந்தோட்டம் பாழடைந்துள்ளது என்பதை கிராம மக்கள் சுட்டிக் காட்டுகின்றனர்.

இப்படி மரத்தின் வேர் முதல் நார் வரை யாவும் தந்து தன்னையே மக்களுக்கு அர்ப்பணித்து விட்ட இந்த தென்னம் பிள்ளையால் எவ்வளவோ பயன்கள் வழக்கொழிந்துப் போயின. இன்னும் போய்க் கொண்டேயிருக்கின்றன. தேவை யாவும் கொடுத்த பூலோக கற்பக விருட்சம் மறுமலர்ச்சியடைய எல்லாம் வல்ல திருமுருகன் அருள் புரிவாராகவும்.



அகத்தியம் என்றால் முக்கியம் முதன்மை என்பதாகும். மிகவும் வேண்டிய ஒருவரை அன்புடன் அழைக்க, நீங்க அகத்தியமா வாங்க மறந்துடாதீங்க என்று சிலர் சொல்வதுண்டல்லவா? அகத்தியர் என்றாலும் முதன்மையானவர், முக்கியமானவர் என்று பொருள். இவர் தென்னாட்டிற்கு சிவபெருமானால் அனுப்பப்பட்டவர். முருகனுக்குச் சீடர். தமிழ் மருத்துவத்தையும், தமிழ் மொழியையும் பொதிகையின் கண் இருந்து வளர்த்தவர். இவர் பெயர் கொண்ட மூல்கையும் நம் நாட்டில் உண்டு. நாம் சாதாரணமாக உணவுடன் உட்கொள்ளும் அகத்திக் கீரை தான் 'அகத்தியர் மூல' என்பது சமஸ்கிருத மொழியில் அகத்தியா என்றே ஆழர்வேத மருத்துவர்கள் கூறுவார்கள்.

அகத்தியும், அருகம் புல்லும் மிக நெருங்கிய நண்பர்களுக்குச் சமம். அகத்தி செடியினத்தைச் சேர்ந்ததாயினும் மிக உயரமாக இரண்டு முதல் பத்தடி உயரத்திற்கும் வளரக்கூடியதே. இதில் சிற்றகத்தி, பேரகத்தி, சிமையகத்தி, சிவப்பகத்தி, போன்ற பலவிதம் இருந்த போதிலும் இங்கு நாம் வழக்கமாய்த் தான் குறிப்பிடுவது வழக்கமாகும். அகத்தியை இந்த தென்னகத்தில் கால் நடை தீவனமாகவும், உணவுடன் உட்கொள்ளவும் ஏராளமாக பயிரிட்டு வருகிறார்கள். வெற்றிலைத் தோட்டம் போடுபவர்களுக்கு அகத்தி பயிர் ஓர் இன்றியமையாத சாதனம் தோட்டம் அமைக்கும் செலவு மிச்சம் செய்வதுடன், தோட்ட தொழிலாளர்களுக்கு தினசரி ஏற்படும் செலவினங்களைச் சரி கட்டி விடுகிறது.

மருத்துவப் பயனும் குணமும்

அகத்தி இலை, பூ, பட்டை, வேர் யாவும் மருத்துவப் பயன் உடையதே. ஆயினும் நமது வழக்கத்தில் இலை ஒன்று தான் உணவு மருத்துவமாகப் பயன் பட்டு வருகிறது. அகத்தி இலை பொதுவாக சிறு கைப்பு ருசியை உடையது, உடலில் உண்டாகும் விட நீர்களை முறித்து வெளியேற்றும், குடலில் தேங்கும் விட பூரிதமான மலங்கள், நிண நீர் ஆகிய அசுத்தங்களை சுத்தம் செய்யும். மலச்சிக்கலை நீக்கி மலத்தை உடைத்து வெளித் தள்ளும். பித்தத்தால் வந்த வெப்ப நோய்களையும், உடல் சூட்டையும் தணித்து விடும். மேலும் இது அகம் புல் போல அதை விட கடுமையான வேகத்தில் மருந்துகளின் செய்கைகளை முறித்து விடும்.

இதை பருப்பின் சேர்த்து மிளகு நீர் (ரசம்) குழம்பு பொறியலாக செய்து சாப்பிட மேற்குறிப்பிட்டவைகள் விலகும். ஆனால் நாள் தவறாமல் சாப்பிட்டாலோ, அடிக்கடி பயன் படுத்துவதாலோ நன்மை தருவதற்குப் பதில் தீமையே விளையும். உடலில் உள்ள நல்ல இரத்தத்தையெல்லாம் முறித்து வாயுவை பெருக்கி பல நோய்களை உண்டாக்கும். ஆதலால் அகத்தியை மாதிரிக்கு ஒரு முறை மட்டும் சாப்பிடுவது நல்லது. நம் நாட்டில் இதை திதி கொடுப்பது வழக்கு. அதாவது நீத்தார் கடன் நினைவு நாள் வழிபாடுகளில் புரோகிதர்களாக வரும் ஒதுபவர் களுக்கு பிரதியுபகாரமாக பருப்பு, பச்சரிசி, பூசணி, பழம் தாம் பூலத்தோடு அகத்தியையும் சேர்த்து தானமாகக் கொடுப்பது வழக்கமாகும்.

மருந்துண்ணும் காலங்களில் அகத்தியை உண்ணக் கூடாது. நாட்டி மருத்துவ முறையில் மருந்துண்ணும் அன்பர்கள் மருத்துவரே! பத்தியம் என்ன? என்று கேட்டால் மருத்துவர் எடுத்த எடுப்பிலேயே 'அகத்தி கீரை, கொள்ளு, பூசணி சிறு கீரை, புகையிலை, கடுகு, கடலெண்ணை, காயி, டீ' என்று முடிப்பார். மருந்துகளின் செய்கைகளை முறித்து விடுவதில் அகத்தி முதன்மையானது. நம் நாட்டில் ஒரு தீய பழக்கம் இருந்து வருகிறது. அதாவது ஆசாபாசங்கள் மாறாமல் இருக்க வேண்டியோ, அல்லது தன் சொல்படி ஆட்டிப் படைக்க வேண்டும் எனக் கருதியோ ஒருவர்க்காகுவர் உண்ணும் உணவில் இரு மருந்துகளை கலந்து வைத்து விடுகின்றனர். நான் செல்ல செல்ல இம்மருந்துகளின் கெட்ட செய்கையால் நோயாளியாகி மீளாத நரகம் எய்துவார். இத்தகைய கொடிய பாதகமான

செய்கை வேறெதுவும் இருக்க முடியாது என்று துணிந்து கூறலாம். இந்த இரு மருந்துகளின் வேகம் தணியவும், வயிற்றை விட்டு கழியவும் இந்த அகத்தி மிகவும் பயனுள்ளதாகும். இரு மருந்து உண்டவர் என்று திட்டமாக உணர்ந்த பின்னர் நாள் தோறும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒருபிடி அகத்திக்கீரையை மென்று தின்னச் செய்தல் வேண்டும். சரி வர மென்று தின்ன வில்லையானால் பயன் தராது. இப்படி 1 வாரம் விட்டு 1 வாரம் மாற்றி மாற்றி செய்தல் வேண்டும். உணவிலும் வாரம் 1 முறை சாப்பிட்டு வருவது நல்லது. அத்துடன் அகத்தியை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை தலையில் தேய்த்து 1 மணி கழித்து தலை முழுவதும் வர இரு மருந்து வேகத்தால் உண்டாகும் மனக் கலக்கம், சித்தப் பிரமை, பயம், பயித்தியம் ஆகியவைகள் குணமாகி விடும்.

அகம் X தி X இலை — உடம்பின் உள்ளேயும் மன நிலையும் மூண்ட தீக்களை (வெப்பத்தை) தணிக்கக் கூடியது. மலச்சிக்கல் உள்ளவர்கள், வெய்யிலில் சுற்றி அலைபவர்கள், காபி, மீபானங்கள் பருகி பித்தம் அதிகமான அன்பர்கள் மட்டும் அகத்தியை வாரம் 1 முறை உணவுடன் கொள்ள மிக்க பயன்தரும். மற்றவர்கள் மாதம் இரு முறை அகத்தியமாக அகத்திக்கீரையை உண்டு வரலாம்.

அகத்தியிலை மிகுந்த வீரியமும் சக்தியுமுடையது. ஆகையால் உபவாசம், விரதம் இருந்து முடிப்போர் முதல் உணவுடன் அகத்தியையும் சேர்ப்பார்கள். அகத்தியில் 63 வித சக்திகள் அடங்கியுள்ளதாக மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன. குறிப்பாக நம் நாட்டில் வைகுந்த ஏகாதசி விரதம் உண்ணு நோன்பு இருப்பதுடன் கண் விழித்தும் இருக்க வேண்டும். இங்கனம் இருந்த பின் உடலில் இருந்து இழந்த சக்தியை சரிகட்ட விரதம் முடிக்கும் போது உண்ணும் உணவின் முதல் கைப்பிடி அளவில் 100 வித சக்திகள் அடங்கி இருத்தல் அவசியமாம்! இது எப்படி முடியும்? ஒரு கைப்பிடி உணவில் நூறு வித சக்திகள் அடங்க வேண்டுமானால் கீழ்க்கண்ட பதார்த்தங்களை ஏகாதசி விரதமன்று அகத்தியமாகச் சேர்ப்பார்கள். (1) அகத்திக்கீரை 63, (2) சுண்டைக் காய் 30, (3) வாழைக் காய் 3, (4) கொத்தவரை 1, (5) அரிசி சோறு 1, (6) பருப்பு 1, (7) நெய் 1 ஆக இந்த 7 பொருட்களில் நூறு வித சக்திகள் அடங்கி விட்டதே! இவை யாவும் ஒரு சேர பிசைந்து ஒரு பிடி முதல் உணவாக உண்டு விரதம் முடிப்பவர்கள் இந்த விஞ்ஞான சகாப்தத்திலும் இருக்க தான் செய்கின்றனர் அல்லவா?

அகத்தி இலை ரசத்தால் மான் கொம்பு சுத்தி செய்து பற்பம் செய்வதும், அகத்திப் பூவின் ரசத்தால் அப்பிரகத்தை சுத்தம் செய்து செந்தூரமாக்குவதும், சித்த மருத்துவத்தின் அம்சம்.

அகத்தியிலையைப் போலவே பூவிற்கும் குணம் ஒன்றே ஆயினும் இதன் வெண்ணிறமான பூவின் ரசம் புகைப் பழக்கத்தால் உண்டான சளி, கபம், பித்த ரோகங்களை போக்க வல்லது. இந்த நோய்களில் துன்பம் அடைபவர்கள் கீரையைச் சமைப்பது போல வாரம் இரண்டொருநாள் பூவையும், பருப்பையும் சேர்த்து உணவில் கொள்ள குணமாகும். ஆனால் புகைப் பழக்கத்தை நிறுத்தி வைப்பது அவசியம்.

மரப்பட்டையும், வேர்ப்பட்டையும் கஷாயமிட்டு குடித்து வரலாம். இதனால் பித்த சுரம், விடாத விஷ சுரம், தாகம், கைகால் எரிவு, மார்பு எரிச்சல், உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் எரிச்சல், சிறுநீர்க் கடுப்பு, மூத்திர தாரை எரிவு, தொத்து நோய்கள், அம்மை சுரம் ஆகியவைகளில் இந்த குடிநீர் கஷாயம் கொடுத்துவர நீங்கும்.

அகத்தி கீரையை தானம் கொடுப்பது மிகவும் சிறப்புடைய செய்கையாகும். அதிலும் பசுக்களுக்குக் கொடுப்பதால் பூர்வகரும வினைகள் யாவும் விலகும். மனிதப் பிறவியாய் பிறந்த நமக்கு நாள் தோறும் தவறாமல் செய்ய வேண்டிய கடமைகளில் இதுவும் ஒன்று. ஏழை, செல்வந்தர் எல்லோருக்கும் எளிது. இதனை:

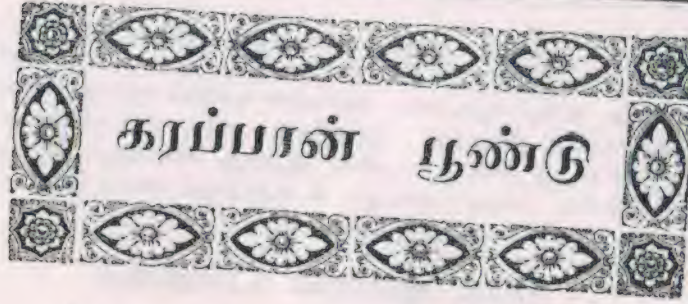
“யாவார்க்கும் ஆம் இறைவர்க்கு ஓர் பச்சிலை

யாவார்க்கும் ஆம் பசுவிற்கு ஓர் வாயுரை

யாவார்க்கும் ஆம் உண்ணும் போது ஓர் கைப்பிடி

யாவார்க்கும் ஆம் பிறர்க்கு இன்னுரை தானே”

என்ற திருமூலர் பாடலால் அறியலாம். அகத்தியர் காலத்திற்கு முற்பட்டவர் திருமூலர் என்னும் சித்தர். தமிழ் மருத்துவமும், தமிழ் மொழியை வளர்த்தவருமான அகத்திய முனிவருடைய பெயரைத் தாங்கிய அகத்தி, முக்கியமானதும் ஆபத்துக் காலங்களில் முதன்மையானதுமாகி மனித சமுதாயத்திற்கு நற்பணி செய்து வருவது போற்றக் கூடிய விஷயமே! அல்லவா?

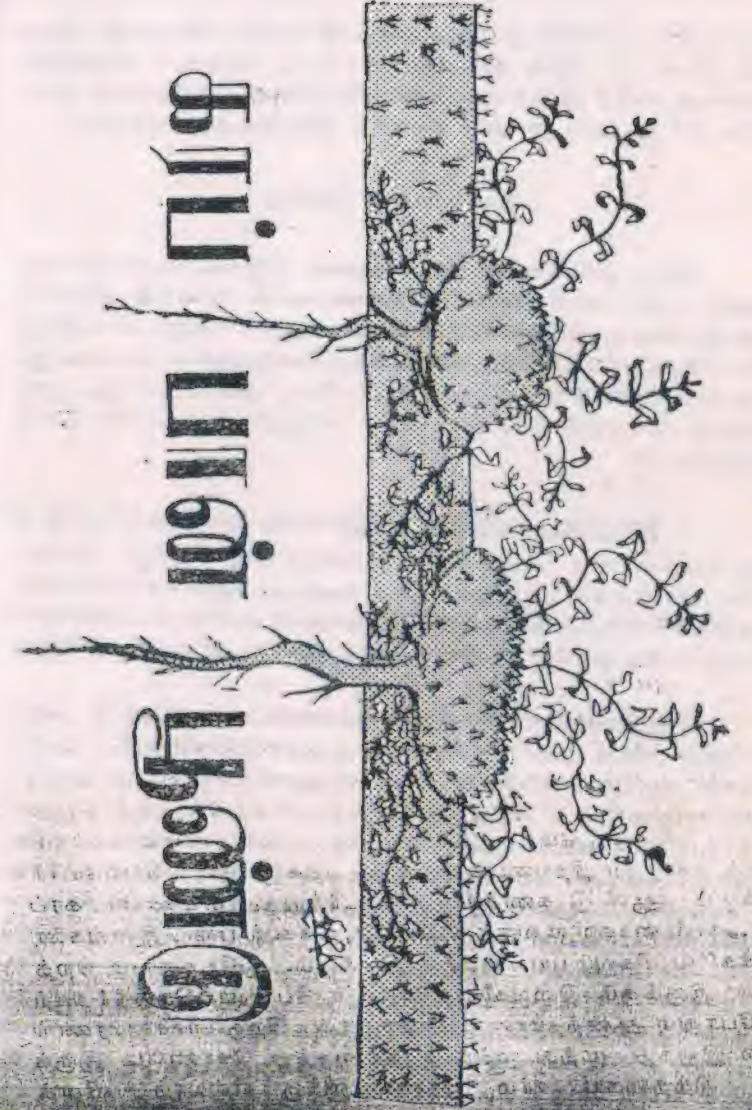


கரப்பான் பூண்டு

கரப்பான் பூண்டு என்ற ஓர்வித பூண்டு வகை மூலிகை உள்ளது. இதற்கு பஞ்ச பூண்டு என்றும் வழக்குப்பெயர், இப் பூண்டினம் வரண்ட வெளிகளிலும், கடினமான தரைகளிலும் சுண்ணாம்பு சத்துள்ள கரம்பு நிலங்களில், மலைச்சாரல் ஆகிய இடங்களில் தன்னிச்சையாகவே வளர்ந்துவிடும். பொதுவாக இதனை கரப்பாணிப் பூண்டு என்றுதான் சொல்வார்கள்.

இப்பூண்டுக்கு ஆணி போன்ற ஒரே வேர் விட்டு பூமியின் மேல் ஆமை வடிவாக மங்கிய பழுப்பு நிறபஞ்சு போன்று சடை கிளம்பி அதிலிருந்து நாலாபக்கமும் சிறுகொடிகள் விட்டு அதில் ஜதை ஜதையான சிறு இலைகள் விட்டு வளரும். இந்த பஞ்சு போன்ற பாகத்தில் முட்டையும் உண்டு. மழை, பனி காலங்களில் வளர்ந்து கோடை காலங்களில் பூமி வரண்ட போது பஞ்சு போன்ற சடைகள் தீபட்டு கருகி விட்டதுபோல தீய்ந்து போய் கருமை நிறமாக மாறிவிடும். மற்ற தாவரங்கள் வெய்யில் பட்டால் வாடிப்போகுமே தவிர தீய்ந்து கருகி விடாது. ஆனால் இந்த கரப்பான் பூண்டு முன் பிறனியில் என்ன பாபம் செய்ததோ வெய்யில் தீட்சண்யம் பொறுக்க முடியாமல் தானாகவே கருகிவிடுகிறது. கற்புடைய மங்கையர்களை பழிபாபம் செய்யும் கயவர்கள் உடலும் இப்படித்தான் கருகி போகும்! ஒரு வேளை இப்படி சாபம் பெற்றது தானே என்னவோ இந்த கரப்பான் பூண்டு! சித்தர்கள் தான் இதற்கு விடை கூறமுடியும்.

இந்த கரப்பான் பூண்டும் மனித சமுதாயத்திற்கு மிகவும் உபயோகமாக இருப்பது குறிப்பிட தக்கது. இதனால் பல மருத்துவப் பயன்கள் உள்ளன. முக்கியமாக உடலில் உள்ள மிகநுண்ணிய கிருமிகளை அழிக்கக் கூடியது. இரத்தத்திலும் நீரிலும் கலந்த நுண் கிருமிகளையும் சுண்ணாக்குத் தெரியாத அளவுடைய



புறக்களையும் கொண்டு இரணத்தை ஆற்றிவிடக்கூடியது. உடம்பின் மேல் சரிமத்தில் கிளம்பும் நாட்பட்ட சொறி, சிரங்குகள் கருமைநிறமாகி விடும் படைகள், சில்வண்டு பூச்சிகடிகள், நாட்பட்ட நீர் ஒழுகும் இரணம் எல்லாம் இதனால் குணமாகும்.

உபயோக முறை

இந்த பூண்டை ஆணி வேருடன் பிடுங்க வேண்டும். கையினால் எடுக்கவராது. முள் குத்துமாதலால் கொக்கி போன்ற ஒரு இரும்பு குரடு கொண்டு தோண்டி ஆணி வேருடன் எடுத்து சேகரித்து உலர்த்தி நெருப்பு வைத்து கொளுத்தி சாம்பலாக பூக்காமல் கரியாக்கி விட வேண்டும். பின்பு அதை நன்றாக தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு கீழ்க் காணும் முறைகளில் பயன்படுத்தலாம்.

தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து வைத்துக்கொண்டு குழந்தைகளுக்கு வரும் சொறி நமைச்சல், சிறங்கு, தேமல், படை, சொறித்து கொண்ட பிறகு ரத்தமும் நீரும் கசியும் ரணம். ஆகியவைகளுக்கு கோழிஇறகு கொண்டு மேலே தடவிவரலாம் தினம் 1 க்கு இரண்டுவேளை நான்குநாள் தடவகுணமாகிவிடும்.

சிறுமணக்கு நெய் (விளக்கெண்ணை) இரண்டு பலம் எடுத்து அதில் அரை பலம் கரப்பான் பூண்டு தூளைபோட்டு அத்துடன் மருந்துகடையில் விற்கும் மிருதாச்சிங்கி என்ற மருந்து, கால் ரூபாய் எடை அரைத்து கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும் திராத குழிப்புண் வெடிப்பு, ரணம், பெரியோர்களுக்கு வரும் சொறி சிறங்குகள் மேகரோக படை ஊரல்கள், மேக காரிகம் என்னும் கருமை நிறபடைகள் குழந்தைகளுக்கும், பெரியோர்களுக்கும் ஆண்டு கணக்கில் தொடர்ந்து வரும் மண்டை கரப்பான், கால் கைகளில் வரும் கரப்பான், கக்கூஸ் படை இவைகளை பாரிக்கவே மிகவும் பயங்கரமாக இருக்கும். ஒரே கருமை நிறத்துடன் இருக்கும் இவைகளை சொறியும் போதும், வெந்நீர் ஊற்றும் போதும் ஆனந்தமான உணர்வுதான். பிறகு எரிச்சலும் ரணங்களில் இருந்து முத்து முத்தாக நீர் வடிந்து கொண்டே இருக்கும். இத்தகைய சர்ம ரோகங்களுக்கு எல்லாம் விளக்கெண்ணை கலந்த கரப்பான் பூண்டு மேலே தடவிவர யாவும் குணமாகி விடும். இந்த சிகிச்சை மேல் தடவும் மருந்துதானே

ஒழிய உள்நுக்குச் சாப்பிடக்கூடாது. இப்படி மேல் தடவும் சிகிச்சை செய்யும் போதும், மாமிச உணவுகளான பச்சை மீன் உலர்த்த மீன், முட்டை முதலான உஷ்ண சம்மந்தமான சில பொருள்களை நீக்குதல் அவசியம். சர்ம ரோகங்களில் சில மிக நாள்பட்டு போய் உடலில் ஆழ்ந்து வியாபித்தவர்களுக்கு இச்சிகிச்சை பலன் தராது. உள்நுக்கும் வேறு பல மருந்துகளால் சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும்.

கொடி, இலையின் உபயோகம்

கரப்பான் பூண்டின் கொடி இலை ஆகியவைகளைத் தனியாக எடுத்து அதனுடன் சம அளவு தொட்டாற் சிணுங்கி இலையும் சேர்த்து அரைத்து புண், புரைகளுக்கு வைத்து கட்டலாம். இச்சிகிச்சை புற்று நோய் ரணங்கள் மேலே சர்மங்களில் காணும் போதும் கட்டிவர, நுட்புழுக்களை யெல்லாம் அழித்து ரணத்தை ஆற்றிவிடும்.

மேல் கண்ட இரண்டு இலைகளையும் சுத்தமாக்கி உலர்த்தி இடித்து சன்னமான தூளாக்கி வைத்துக்கொண்டு மூக்குப் பொடி போடும் அளவு எடுத்து தேனில் குழைத்து தினம் இரண்டு வேளை சாப்பிட்டுவர, வாத நோய்கள், கபம், மலச்சிக்கள், மூத்திரத்தாரையின் குற்றங்கள், சிறுநீர் தடை ஆகியவைகள் விலகி தேகத்திற்கு உறம் பெறவும், உடலில் உள்ள கிருமிகளை கொள்ளவும் செய்யும். உஷ்ணமாக இருப்பின் இவை வெந்நீர் அல்லது பாலில் கொள்ளவேண்டும்.

கரப்பான் பூண்டும், தொட்டாற் சிணுங்கியும் விஷ நிவாரண மூலிகைகள். எனவே இந்த இரண்டின் வேரீகளையும் போதுமான அளவு சமஎடை எடுத்தலாதி இடித்து தூள் செய்து ஓர்புட்டியில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக்கொள்ளவும்.

கருவண்டு கடிகள், பலவித பூச்சிகளும். சிலந்தி கடி விடங்கள் செவ்வண்டு, கொள்ளுப் பூச்சி முதலிய பூச்சி பூரான் செய்யான், தேள் கடிவிடங்களால் உடலில் நமைச்சல் குடைச் சல் வலி எடுத்து கொட்டின இடத்தில் தழும்புகள், கருமை நிறமாகி விட்ட சமயம் இத்தூளை மூன்று சிட்டிகை எடுத்து வாயி விட்டு வெந்நீர் குடிக்கவேண்டும். இப்படி தினம் ஒன்றுக்கு மூன்று முதல் நான்கு முறை செய்யவும் கருமை நிற தழும்புகள் மறையும் வரையிலும் செய்யலாம்.

கரப்பான் பூண்டு வெய்யிலின் கொடுமை தாளாமல் கருகி விடுகிறது. இந்த கருமை நிறமானது “பல பாபச் செயல்களை செய்து உடலை கருமை நிறமாக்கிக் கொண்ட, ஏ! மானிடர்களே என்னைப் பாருங்கள்! என்னை போல் கருகி விடும் தவர இனங்கள் கிடையாது. எந்த வினையோ எம்மை கருமையாக்கி விட்டது! உங்கள் திருவிளையாடல்களால் விளைந்த கருமை நிற சர்ம ரோகங்களைப் போக்க எனக்கு சக்தியுள்ளது” என்பதை நமக்கு சொல்லாமலே உணர்த்துவது போன்று தோற்றமளிக்கின்றன.

நீர் ஒழுகும் கரப்பான் ரோகங்களில் இந்த கரப்பான் பூண்டை நினைவு கொள்ளுங்கள்! * * * * *



அரிவாள் மணைப் பூண்டு

அரிவாள் மணைப் பூண்டு என்பதும் முன்பு குறிப்பிட்ட கரப்பான் பூண்டு போல சிறு கொடியினத்தை சேர்ந்தது. பொதுவாக இது மழை, பனி காலங்களில் மிகச் சுலபமாகவே கிடைக்கக்கூடிய பூண்டு. ஒரு கால் கரப்பான் பூண்டாவது சில இடங்களில் கிடைக்காமல் போகலாம். ஆனால் இது நம் நாட்டில் எங்கும் தன்னிச்சையாகவே வளரக் கூடியது. கீழாநெல்லி, குப்பைமேனி, அம்மான் பச்சரிசி இவைகள் வளரும் காலங்களில் இந்த அரிவாள் மணைப் பூண்டும் கலந்து காணப்படும். இதன் உருவ அமைப்பு ஏறத்தாழ வேப்பிலையின் சாயலை ஒத்ததாக இருக்கும். சுமார் ஒரு அடி உயரத்திற்கு வளரும். இலை நீண்டு ஓரங்களில் அரிவாளுக்கு இருப்பதைப் போல் பற்கள் இருப்பதால் இதற்கு ‘அரிவாள் மணைப் பூண்டு’ என்ற பெயர் ஏற்பட்டிருக்கலாம். தமிழகத்தில் சில இடங்களில் இதை “அரிவாள் முக்கு பச்சிலை” என்று கூறுவதுண்டு.

இதுவும் சித்தர்கள் பார்வைக்கு இலக்கான மூலிகை! ஆங்கிலத்தில் கூட இதை ‘சித்தா ரோம்பைடா’ என்று கூறுவர் சித்தர்கள் வாத சித்தி அடைவதற்கு இம்மூலிகையைப் பயன்படுத்தியதாக பண்டைய நூற்களில் காணக்கிடைக்கிறது. கிராமங்களில் இதனை வெட்டு காயங்களுக்கும், அடிப்பட்டு சதைக் கிழிந்து இரத்தம் பீறிட்டு வரும் சமயத்திலும் எந்த மருத்துவ மனையை நாடுவார்கள்? அதை நிறுத்த இந்த பச்சிலையை கசக்கி காயத்தின் மேல் பிழிந்து வைப்பார்கள். காயங்களையும் ரணங்களையும் விரைவில் ஆற்றக் கூடிய பச்சிலைகளில் இதுவும் ஒன்று. இதை உள்ளுக்கு மருந்தாக கொடுக்கும் பழக்கம் மிகப் பुरாதன காலத்தில் இருந்து வந்தன என்றாலும், ரத்த நாளங்களிலிருந்து அடிப்பட்டு பீறிட்டு வரும் இரத்தத்தை உடனடியாக நிறுத்துவதில் சிறப்பூட்டிய மூலிகை.

விஷக் கடிகளுக்கு

பாம்புக்கடி, எலிக்கடி மற்றும் நீண்ட பற்களையுடைய விஷ சம்பந்தமான ஜந்துகளின் கடிகளுக்கு அரிவாள் மனைப் பூண்டு, குப்பை மேனி இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து அதனுடன் வெள்ளைப் பூண்டு 2, மிளகு 3 சேர்த்தரைத்து உள்ளுக்கு ஒரு புன்னைக் காயளவு கொடுத்து மேலுக்கும் கடியுண்ட இடத்தில் வைத்துக் கட்டிவர விடம் முறித்து போகும். பத்தியம்: உப்பு, புளி நீக்க வேண்டும்.

அரிவாள் மனைப் பூண்டு



ஒற்றைத் தலைவலி நீங்க

அரிவாள் மனைப் பூண்டு இலை மட்டும் வேண்டிய அளவு சேகரித்து அதனுடன் சுக்கு சேர்த்து அரைத்து ஒற்றைத் தலை

வலி உள்ளவர்களுக்கு மேலே பற்று போட்டு சிறிதளவு நெருப்பனல் காட்ட ஒற்றைத் தலைவலி உடனே நீங்கும்.

நீர் ரோகங்களுக்கு

ஒரு சிலர் கிராமங்களில் இதனை நீரிழிவு சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகளுக்கு வேப்பிலைப் போலவே காலையில் வெறும் வயிற்றில் சிறிதளவு எடுத்து மென்று தின்று பத்தியம் காத்து நீரிழிவு வியாதியை மிக எளிதில் போக்கிக் கொண்டதாக கரிண பரம்பரை வழக்கு. வேப்பிலை போல் இது அடிக்கடி பயன்படாவிட டாலும் கூட இதனை மிகத் தீவிர வியாதிகளில் சமயோசிதப்படி உள்ளுக்குக் கொடுத்து குணப்படுத்திக் கொள்ளுவது கிராம மக்களின் வழக்கங்களில் ஒன்று.

அரிவாள் மூக்கு பச்சிலையை எந்த நேரத்திலும் நினைக்கா விட்டாலும் கூட காயம் பட்டு இரத்தம் பெருகி ஓடும் போதும் பெருச்சாளி, எலி, பாம்பு ஆகியவைகள் கடித்த போதும் நினைவுக்கு கொண்டு வருவது இன்றியமையாததாகும்.

பச்சிலையும், வேலூர் மலையும்

வேலூர் மலைக் கோட்டையிலும், அடுத்துள்ள மலைத் தொடர்களிலும் சித்தர்கள் வாழ்ந்ததாகக் கூறுகின்றனர். இன்றும் அங்கு சித்தர்கள் இருப்பதாக பலரது அபிப்பிராயம். இங்கு பாலமதி என்ற இடத்தில் புராதன ஆஞ்சநேயர் கோயில் ஒன்று உள்ளது. இதைச் சுற்றி அனேக மூலிகைகளைக் காணலாம். வேலூரில் உள்ள மருத்துவர்கள் மூலிகைகள் தேட அங்கு செல்வது வழக்கம். அரிவாள் மூக்குப் பச்சிலை இங்கு ஏராளமாகக் காணப்படுகிறது. அங்குள்ள சித்தர்கள் ஆஞ்சநேயர் கோயிலைக் கட்ட இப்பச்சிலைகளை பயன் படுத்தி இராவாதம் செய்து கோயில் திருப்பணி செய்ததாக அங்குள்ளோர்களின் கூற்று. இப்படி சித்தர்களின் தொடர்பு கொண்டுள்ள அரிவாள் மூக்கு பச்சிலை மிகுந்த மருத்துவப் பயன் உள்ளது குறிப்பிடத் தக்கது.

“ வெட்டுக் காயத்தை விரைவில் உலர்த்தி விடும் துட்டக் கடு வோட்டுந் தோன்றி மிகக்-கெட்ட பிரி வாற்றலையைப் பிளக்கும் வலி நீக்கும் அரிவாள் மூக்குப் பச்சிலை .”

செம்பை

செம்பையைத் தெரியுமா உங்களுக்கு? யாருக்குத் தெரியா விட்டாலும் இந்தச் சங்கீதப்பிரியர்கள் இருக்கிறார்களே! இவர்களைக் கேட்டால் தெரியுமே! இன்றைக்குத்தான் செம்பை புரோகிராம் நாளைக்கு செம்மங்குடி! அதற்கு அடுத்தநாள் சீர்காழி இப்படியாக அடுக்கி கொண்டே போவார்கள். ஆனால் இங்கு குறிப்பிட்டது சங்கீதசெம்பையை அல்ல மூலிகை செம்பை பற்றிதான்!

இந்த செம்பை அகத்தியனத்தை சேர்ந்த ஓர் சிறுமர வகுப்பு, சிறுசெடியாகவுமிருக்காது. பெருமரமாகவும் வளராது நாடு, காடு எங்கும் நிறைந்துதன்னிச்சையாக வளரக்கூடியது இதன் இலைகள் ஏறத்தாழ புளியிலை போன்றே இருக்கும். இம் மாதிரி உள்ள இலைகளை உடைய மூலிகைகளுக்கெல்லாம் ஓர் விசேஷ சக்தி இருக்கத்தான் செய்கிறது. இந்த செம்பை இனத்திலே மூன்று விதமுண்டு. (1) மஞ்சள் பூவையும் (2) சிகப்பு நிறமுடைய பூவையும் (3) கருமை நிறமாகி நடுவில் மஞ்சளும் கலந்து காணும். இந்த செம்பைக்கு கருஞ் செம்பை என்று பெயர். இந்த கருஞ்செம்பைக்குத்தான் விசேஷ குணமும் சக்தியும் உள்ளதாக மருத்துவ நூல்கள் கூறு கின்றன. இதன் பூக்கள் அகத்திப் பூவைபோல் ஆனால் வடிவில் சிறியனவாக இருக்கும். தும்பைப் பூவைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? அதுபோல ஒரே இதழ் அகலமாக விட்டு அதன் கீழ் ஒருமொட்டும் இருக்கும். இதழின் ஓரங்களும் மொட்டும் கருமை நிறமாகி உட்புறம் மஞ்சளும் அதற்கடுத்தபடி சிகப்பும் காணும். மலராத மொட்டுக்கள் சாத்த கருமை நிறமாகவே இருக்கும். இதன் காய்கள் கராமணி காய்கள் போல நீண்டு மெல்லியதாக ஒரு சான் அளவுக்கு மேலாக வளரும். உலர்ந்தபின் அதனால் விதைகள் சலசலவென்று ஒலிக்கும். பார்வைக்கு அலங்காரமான தோற்றமளிக்கக் கூடியது கருஞ்செம்பை.

குணமும் செய்கையும்

இலை, பூ, காயின் விதை, வேர் யாவும் மருத்துவப் பயன் உள்ளது. இம் மூலிகை செய்கையில் பூனை வணங்கி என்னும் குப்பைமேனிக்கு சமமாக ஒப்பிடலாம். பொதுவாக உடலுக்கு



உஷ்ணத்தைக் கொடுத்து, பிழுக்களையும் நுண்கிருமிகளையும் அழித்து உடலைத் தூய்மையாக்கும். மேகரோக நிவாரணி சிறு நீரைப் பெருக்குவதில் நெருஞ்சில் போன்றது. விக்கங்களைக் கம் நா. மு. பா.— 16

கரைத்து ரணத்தை ஆற்றுவதில் வேப்பிலை, உத்தாமணி ஆகியவை போன்றது. மாத விடாய் கோளாறுகளான உதிரச்சிக் கல், மிகு உதிரப்போக்குகளை சரிசெய்து வாய்வுகட்டிகள், காயம் ரணங்கள், முதலியவைகளையும் ஆற்றிவிடும் ஆற்றல் படைத்தது. ஆனால் குப்பைமேனிக்குள்ள கடுமையான வாந்தி குமட்டல் போன்ற செய்கை இதற்கு கிடையாது.

இலையின் பயன்

சீழ் கொண்ட கட்டிகள் பழுத்து உடைய வேண்டுமானால் கருஞ்செம்பை இலையை மட்டும் உருவி தண்ணீர் விடாமல் அரைத்து சீழ்கட்டிகளின் மேல்வைத்து கட்டிவர அவை பழுத்து உடையும். மீண்டும் சுத்தம் செய்து இரண்டோரு தரம் கட்டிவர உள்ளிருக்கும் சீழ்யாவும் சிவளியாகி கட்டிகள் ஆறிப்போகும். அரையாப்பு எனப்படும் தொடைவாழைக் கட்டிகளுக்கும் இப்படியே செய்யலாம். உடலெங்கும் ஓடிக்கட்டும் ஓடுவாய்வு கட்டிகள் குணமாக வேண்டுமானால் இந்த இலையை ஆமணக்கு நெய் விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் வைத்துக்கட்ட வராமல் போகும் ரத்தக்கட்டிகளும் உடையாமல் அழங்கிவிட வேண்டிய கட்டிகளுக்கும் இலையைவதக்கிதான் கட்டவேண்டும்.

வெட்டு காயங்கள் ஆறிவிட

அடிப்பட்ட காயம், கத்தி போன்ற ஆயுதங்கள் விபத்துக்களால் ஏற்படும் சதைக்கிழிச்சல் மற்றும் புதிதாக உண்டான ரணம் ஆகியவைகளுக்கு இதன் இலை ஆச்சரியமான குணம் தரவல்லது. காயம், ரணம் எவ்வளவு பெரியதாக இருப்பினும் சரி, கருஞ்செம்பை இலையை நீர் விடாமல் இடித்து அதன் சாற்றை ரணத்தின் மேல்விட்டு, இலைகளை ஆமணக்கு நெய்விட்டு வதக்கி ரணத்தின் மேல் வைத்து கட்டிவிட இரண்டுமுதல் நான்கு நாட்களில் சீழ் பிடிக்காமலேயே ரணம் பூராவும் ஆறிவிடும்! அடிபட்ட ரண காயங்களுக்கு கிராமங்களிலும் மருத்துமனை இல்லாத இடங்களிலும் கருஞ்செம்பை ஓர் இயற்கையின் வரப் பிரசாதம் என்றால் மிகையல்ல!

கபம், மேக ரோகம், கரப்பானுக்கு

இலையைச் சுத்தமாக்கி இடித்து அரை முதல் 1 சங்களவு வயதுக்கு தக்கபடி உள்ளுக்கு கொடுக்க உடலில் சீழ்பிடிக்கும்

தன்மை மாற்றத்த் சுத்தியும், கரப்பான் மேக ரோக கிருமிகள் கப நோய்கள் விலகுவதுடன் சிறு நீரைப் பெருக்கித் தள்ளவும் மலத்தையும் இளக்கி விடுகிறது.

“விப்புருதி புண்ணாறும் வீறுகரப்பானும் போம்
தப்பாமல் மேகந்தணியும் காண்-வெப்பார்
கபரோக மெகுங் கருஞ் செம்பை யொன்றுக்
கிபமா முகன் தன்னை எண் ”

வாத நீர் கட்டும் வீக்கங்களும் கறைய

அவயவங்களில் கை, கால், மூட்டுகள், தொடைஇடுக்குகள் (அரையாப்பு) கண்டமாலை என்று கழுத்தை சுற்றிவரும் கழலைக் கட்டி, கைசந்திகள் (அக்குள்) விரையில் காணும் வீக்கம் ஆகிய இடங்களில் வாத நீர் தங்கி வீக்கமாகி கடின தன்மையாகி உடையாமலும், அழுந்தாமலும் அவதிபடுபவர்கள் நாள் தோறும் இரவுநேரங்களில் படுக்கும் சமயம் தவறாமல் ஆமணக்கு நெய்யில் வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் வைத்துக் கட்டி வாருங்கள்! முருகன் அருளால் இவைகள் இருந்த இடத்தெரியாமல் மறையும்.

பெண்மணிகளுக்கு

இதன் இலைச் சாற்றை 1 அவுன்ஸ் அளவு காலையில் வெறும் வயிற்றில் உள்ளுக்கு கொடுக்க வாய்வு காரணத்தால் தடைப்பட்ட மாதவிடாய் வெளியாகும். வயிற்றிலுள்ள பூச்சிகள் கிருமிகள் மலத்துடன் வெளியாகும்.

சொறி சிறங்கு, சர்ம புண்களுக்கு

கருஞ்செம்பை இலை, குப்பைமேனி இலை சமமாக தினமும் எடுத்து அதனுடன் சிறிது உப்பும் சேர்த்து அரைத்து கை, கால் உடல் முழுவதும் பரவி தொல்லை கொடுக்கும் சீழ்பிடித்த சிறங்கு கள் படையாக கிளம்பும் சொறி ஆகியவைகளுக்கு தடவி சிமணி நேரம் கழித்து குளித்துவர விரைவில் குணமாகிவிடும். இந்த சிசிச்சை செய்யும் போது உள்ளுக்கு ஊசி, மாத்திரை போன்ற ஆங்கில மருத்துவம் செய்தல் பயன் தராது. சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரையில் பயமின்றி செய்யலாம்.

பூவின் உபயோகம்

ஓர் நீண்ட இரும்புக்கரண்டியை அடுப்பிலே காயவைத்து தட்டி அதில் சுத்தமான நல்லெண்ணை விட்டு பத்து கருஞ்செம்பை பூவையும், சிறிய துண்டு கஸ்தூரிமஞ்சளும் சாம்பிராணியும் போட்டு கொதிக்க காயவைத்தால் எண்ணை பொங்கி வரும். அதுசமயம் வெளி எடுத்து கீழே ஒரு பாத்திரத்தை வைத்து கரண்டியை ஆற விட்டு கை பொறுக்குமளவு குடு தணிந்தவுடன் தலை உச்சியில் வைத்து அறக்கி தேய்த்து தட்டி விட்டு பின் அரை மணி கழித்து தலைமுழுவதும் இப்படியே இரண்டு அல்லது ஒரு முறை வாரந்தவருமல் செய்துவர, தீரா தலைவலி, சன்னி, (வாத இழுப்பு, கப இழுப்பு) சலதோசம், கபாலக்குத்து குடைச்சல் வலி, நான்ப்பட்ட பிணிச ரோகம், தலைபாரம், மண்டையில் நீர் ஏற்றம், கழுத்து நரம்பு வலி, குதக ஜன்னி, கண், காது மூக்கு சம்மந்தப்பட்ட ஆரம்ப தொல்லைகள் யாவும் தீரும். பொதுவாக கழுத்துக்கு மேல்பட்டுவரும் நோய்களை நீக்கவல்லது. இம்முறை இன்றும் சில இடங்களில் பழக்கத்தில் இருந்து வருகிறது. இதனாலேயே பல வீடுகளில் இந்த மூலிகையை வைத்து வளர்ப்பார்கள். இந்த பூ கிடைக்காதவர்கள் சேகரித்து எடுத்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு வேண்டுமபோது பயன்படுத்தலாம்.

மரப் பட்டை

பட்டைகளை மட்டுமீ உலர்த்தி இடித்து மெல்லியதூளாக்கி வைத்துக் கொண்டு தினம் காய்ச்சிய பாலுடன் 15 அரிசி எடை சாப்பிட கெட்ட ரத்தம் சுத்தியாகும். மலச்சிக்கலை போக்கும். உடலுக்கு உஷ்ணத்தையும் பலத்தையும் தரும். நமைச்சல், சொறி சிறங்குகளுக்கு இதை உள்ளுக்கு உபயோகம் செய்து நற்பயன் பெறலாம்.

வீதைகள்

கருஞ்செம்பையின் உலர்ந்த காயின் உள்ள வீதைகள் சிறு பயறை விட சிறியது. இதை ஊறவைத்து அறைத்து 1 சுண்டைக் காய் அளவு உள்ளுக்கு கொடுத்துவர. அளவுக்கு மீறியும் 20 நாளுக்கொருதரம் மாதவிடாய் கண்டு உதிரும் பெருக்கு ஆகும் மாதர்களுக்கு ஷி தொந்தரவை நிறுத்தி சரியாக்கும். பெரும் பாடு என்று சொல்லப்படும் சதா உதிரும் போவதையும் தடுத்து

நிறுத்திவிடும்; வயிற்றுக் கோளாறு சம்மந்தமான அஜீர்ண பேதி, உஷ்ணபேதிகளையும் நிறுத்தும் கட்டிகளை உண்டாக்காமல் தடுக்கும்.

மூலிகை இனங்களில் கருமை நிறம் ஏதாகிலும் ஓர் உறுப்பில் இருப்பவைகளுக்கு, விஷ நீர்களையும், மேக ரோகங்களையும் கண்டிக்கும் குணம் உண்டு என்பதை தெரிந்து வைத்தல் அவசியமாகும். விஷக்கடிகளுக்கு கரப்பான் பூண்டைப் போலவே இந்த கருஞ்செம்பையும் உபயோகமாகிறது.

வேர்

இதன் வேரையும் விதையையும் சம அளவாக உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு தேன், குளவி, பூரான், தேனி, சிறுபாம்பு மரவட்டை கடிகளுக்கு 20 முதல் 30 அரிசி எடை உள்ளுக்கு கொடுத்து கனமான வேர் துண்டு எடுத்து வெந்நீரில் கல்மேல் உறைத்து, அதை கடிவாயில் தடவி நெருப்பனல் காட்டி விஷம் முறிந்து வலி சாந்தமாகிவிடும்.

வேரில் வசிய மை

வாசகர்களே! மருதோன்றி, எருக்கன், பூனை வணங்கி தொட்டால் சினுங்கி ஆகியவை போன்ற இந்த கருஞ்செம்பையும் வசிய மூலிகையாகும்! என்று சொன்னால் நீங்கள் ஆச்சரியப்படுவீர்கள். ஆமாம் இந்த மூலிகைக்கு குறிப்பிட்ட கிழமையில் முறைபடி கன்னிப்பெண் நூற்ற நூல் காப்பு கட்டி உரு செபித்து தூப தீப நைவேத்தியங்களை செய்து எடுத்து குழித்தைலம் இறக்கி வைத்துக்கொண்டால் ஜெகமெல்லாம் வசியமாகும்.

“ஆமப்பா கருஞ்செம்பை மூலியைத் தான்

அடக்கமுடன் கன்னிநூலால் காப்புக் கட்டி

போமப்பா உருசெபித்து வேரை வாங்கி

பெருமையாய் குழித்தைல மிறக்குவாயே”.

இப்படி செய்வது எல்லோர்க்கும் எளிதல்ல! என்றாலும் கருஞ்செம்பையின் வீடுகளில் வளர்த்துதினமும் அவைகளை பூஜிப்பதால் குடும்பத்தில் சுபிட்சம் நிலவும் என்பதனை திடமாக நம்பலாம். அத்துடன் இந்த மூலிகை இல்லத்தில் இருக்கும்போது ஓடு வாய்வு கட்டிகள் அடிப்பட்ட ரணம் புண்புரை மேகம் கபம் தலைவலி ரோகம், மாத விடாய் பெரும்பாடு, விஷக்கடி ஆகியவை வந்தபோது மருத்துவ சாலையை நாடி போகவேண்டியதில்லை அல்லவா? வீதைத்துக்கொள்ளுங்கள் கருஞ்செம்பையை!

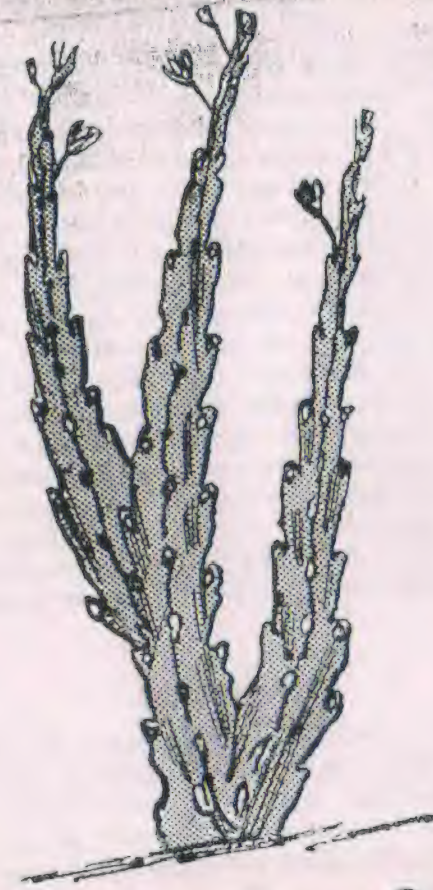
கள்ளி முளையான்

கள்ளி முளையான் என்பதும் ஒரு நல்ல மூலிகையாகும். இதற்கு கள்ளி என்ற பெயர் வந்ததே ஒழிய கள்ளி இனத்தைச் சார்ந்தது அல்ல. கள்ளி இனத்தைச் சேர்ந்தது போலவே முளை விட்டு வளருவதால் இதற்கு ஒருவேளை கள்ளி முளையான் என்று பெயர் வந்ததோ என்னவோ! கள்ளியினத்தில் விஷத் தன்மையும் கெடுதல் குணமும் இருப்பதால் உணவுப் பொருள் களாகச் சேர்ப்பது வழக்கமில்லை. ஆனாலும் இந்த கள்ளி முளையானை நாட்டு மக்கள் விரும்பி உண்ணும் உணவுடன் பதார்த்தமாக சேர்ப்பது வழக்கில் உள்ளது. எனவே இந்த கள்ளி முளையான் கரும் விஷத்தன்மையுடைய கள்ளியினத்தைச் சேர்ந்ததல்ல என்று மட்டும் நிச்சயமாக நம்பலாம்.

கள்ளி முளையானும் பார்வைக்கு ஏறத்தாழ பிரண்டை யைப் போலவே நான்கு பட்டையாக இருக்கும். ஆனால் பிரண்டைக்குள்ள கணுக்களும் இலைகளும் இதில் காணமுடியாது. சிவந்த நிறமும் சாம்பல் பூத்த இதன் தண்டுகளின் முளையில் சிறிய காம்புகள் விட்டு அரும்புகள் விடும் அது மலர்ந்ததும் செக்க சிவப்பு நிறத்துடன் பூத்து உதிரும். இது உதிர்ந்த இடம்தான் பிறகு முளை முளையாக கணுக்கள் போல தோற்ற மளிக்கும். பொதுவாக கள்ளி முளையான் கரம்பு நிலம், தரிசு நிலம், வரண்ட மலைச்சாரல்கள், குத்துச்செடி காடுகள் ஆகிய இடங்களில் கரப்பான் பூண்டு போல அரிதாக காணும். இந்த கள்ளி முளையான் பார்வைக்கு சாம்பல் பூத்த செந்நிறமாக இருக்குமே ஒழிய ஒடித்தால் பச்சை நிறமாக இருக்கும். சுவைத்துப் பார்க்க முதலில் கைப்பு ருசியையும், புளிப்பு, சிறு காரமும் இறுதியில் இனிப்புச் சுவையும் உடையதாக இருக்கும். ஆக இந்த கள்ளி முளையான் கைப்பு, காரம், இனிப்பு சுவை களை உடையதாகிறது.

பொதுக் குணம்

குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, உமிழ்நீர் பெருக்கி, அஜீரணத்தைப் போக்கி செரிப்புண்டாக்கும். பசித்தூண்டிவிடும். உடலை உரம்



“கள்ளி முளையான்”

பெறச் செய்யும், குமட்டல், வாந்தி, வாய் அருசி ஆகியவை களை நீக்கும், நீர் தாக வேட்கையை யடக்கும்.

கள்ளி முனையானைக் கொண்டு வந்து சிறுதுண்டுகளாக்கி நல்லெண்ணெய் விட்டு வதக்கி உளுந்து, இஞ்சி, கொந்தமல்லி, மிளகு, சீரகம், சிறிது புளி உப்பும் சேர்த்து துவையலாக்கி சாப்பாட்டில் சேர்த்துக்கொள்வது நமது நாட்டின் வழக்கம். இதனால் மேல் குறிப்பிட்டவைகள் நீங்கி உடல் நலம் பெருகு வதுடன் சாப்பாட்டைக் கண்டாலே வெறுப்புணர்ச்சியும் வேதனையும் படுபவர்கள் கவியுத உண்டோதரராகிவிடுவார்கள். சந்தேகமேயில்லை. கள்ளி முனையான் திடைத்தால் செய்து பாருங்கள்!

ஒரு சமயம் யான் பற்பாடகம் என்ற மூலிகை பற்றி எழுதியபோது வழிநடைப் பயணம் செல்லும் கிராமவாசிகள் பற்பாடகத்தை வாயிலிட்டு மென்றுகொண்டே போவார்கள் என்று குறிப்பிட்டது வாசகர்களுக்கு நினைவிருக்கலாம். அது போலவே இந்த கள்ளி முனையானையும் கிராம மக்கள் வழிநடை பயணத்தின்போது எடுத்து வாயிலிட்டுக்கொண்டு போவார்கள். இதனால் நீர் வேட்கை உண்டாகாமலும் களைப்பு ஏற்படாமலும் இருக்குமாம். இதுபோல நல்ல வெய்யில் காலத்தில் ஆவாரைச் செடியையும் பிடுங்கி தலையில் வைத்துக்கொண்டு வழிநடைப் பயணம் செய்வது உண்டு. இதனால் உஷ்ணம் மண்டையைத் தாக்காமல் இருக்குமாம். அதுபோல கள்ளி முனையான் துவையல் உஷ்ணத்தை நீக்கி குளிர்ச்சியைத் தரும் என்பதை திடமாக நம்பலாம்.

கள்ளி முனையான் புளிப்பால் வாத நோய்களும், கைப்பு ருசியால் பித்த பிணிகளும், இனிப்பு ருசியால் சிலேத்தும நோய்களும் விலகும் என்பதை நமது பழம்பெரும் சித்தர் வாகடநூல் தெளிவாக்குகின்றது.

“வாய்க்குப் புளித்திருக்கும் மன்பசியை யுண்டாக்கும் ஏய்க்குமுடற் வாதத்தையும் ஏறுபித்தம் - சாய்க்கும் தெள்ளிய இன்பமொழி தெய்வ மடவினமே!
கள்ளி முனையான் அருந்திக் காண். (கும்பமுனி)

கள்ளி முனையானுக்கு சில இடங்களில் கிராமவாசிகள் களையா முனையான் என்றும் செம்பரெட்டை என்றும் சொல்வதுண்டு. இதன் ஆங்கிலப் பெயர் ‘ஸ்டாப்பிரியா வெர்காட்டா’ என்பது. கள்ளி முனையானை நன்கு தெரியாதவர்கள் வேறு எதையாவது கள்ளி இனத்தைப் பயன்படுத்தி உடம்புக்கு கெடுதலைத் தேடிக்கொள்ள வேண்டாம்!

சுண்டை

சுண்டை என்பது சிறுமர வகுப்பைச் சார்ந்த பெருஞ் செடி இனம். இதில் இருவிதமுண்டு. ஒன்று மலைச்சுண்டை, மற்றொன்று பால் சுண்டை என சொல்வார்கள். பால் சுண்டை என்பதை கிராமங்களிலும் சில நகரங்களிலும் வைத்துப்பயிராக்கி பதார்த்தமாக தினசரி உணவில் கலந்து உண்பதும் நமது நாட்டின் வழக்கம். மலைச்சுண்டையை பச்சையாக சமைத்துப் பது மிகவும் அரிது. ஏனெனில் கைப்பு ருசி மிகுதியாய் உள்ளது மலைச்சுண்டை. இதை மலை வாழ் குறவர் இனம் சேகரித்து உலர்த்தி, பக்குவப்படுத்தி நாடு நகரங்களில் கொண்டு “சுண்டக்கா வத்தலு, சுண்டக்கா வத்தலு” என்று ராகம் போட்டு விற்பதை இன்றும் காணலாம்.

பால் சுண்டை சிறு கைப்பு ருசியையுடையதாகையால் பசுமையாக உணவுடன் சமைத்துண்ண ஏற்றதாகிறது. சுமார் 10 அல்லது 15 அடி உயரம் வளரும். இந்த மூலிகைச்செடியின் இலை தூதுவளை இனத்தைச் சார்ந்ததாகும். சுண்டையின் இலையும் காயும் தூதுவளையைப் போன்றுதான் இருக்கும். ஆனால் இலை மட்டும் ஒரு கை அகலம் பெரியதாக முட்கள் இல்லாமல் கிளைகளில் மட்டும் அங்கொன்றும் இங்கொன்றுமாக பெரிய முட்கள் இருக்கும். பூக்கள் வெள்ளை நிறமாக பூத்து, காய்கள் வெண்மை கலந்த நிறமாகவும், பழுத்தால் கருமையாக வற்றலாகும். தூதுவளைக்கும் இதற்கும் ஒரு வித்தியாசம் யாதெனில் சுண்டைக்காய் ஒன்றுதான் உணவாகக் கொள்ளப்படுகிறது. தூதுவளை இலை, பூ, காய் யாவும் உணவுடன் சேர்க்கப்படுகிறது.

மருத்துவப் பயன்

சுண்டைக்காய் பொதுவாகப் பித்தப் பிணியைப் போக்கும். வாதரோகம், கப நோய்களையும் கண்டிக்கும். கோழையை நம் நா. மு. பா.— 17



சுண்டைக்காய்

அகற்றுவதில் தூதுவனைக்குச் சமமானது. மேலும் உடலிலுள்ள கிருமிகளைக் கொல்லும். புழு பூச்சிகளையும் போக்கும். குறிப்பாக குடல் புழுக்கள், மலக்கிருமிகளை வெளித்தள்ளும். பித்தத்தால் வந்த வாய் அருசி, அஜீரணம், பேதி, மாரீச்சனி, கர்சம், ஈகா, இருமல் முதலியவற்றைப் போக்கும் சிறப்புடையது.

பால் சுண்டைக்காய்

இது கைப்பு ருசியையுடையதால் சுத்த சைவ உணவு உண்பவர்கள் அடிக்கடி பச்சையாகவே சுண்டைக்காய் சாம் பார், பச்சடி முதலானவைகளாகச் செய்துசாப்பிடுவார்கள். காயை நசுக்கி நெய் அல்லது ஆமணக்கெண்ணெய் விட்டு நன்கு வதக்கிக் கொண்டு, வெங்காயம், கருவேப்பிலை, கொத்த மல்லி, இஞ்சி, மிளகாயும் கிள்ளிப்போட்டு சாம்பார் போலவே இதையும் தாளிதம் செய்து சாப்பிட வெகு ருசியாய் இருக்கும். அத்துடன் பசியைத் தூண்டும். மலக்கிருமிகள் உடையவர்களும் மார்பில் கபக்கட்டு உபத்திரவம் உடையவர்கள், ஈகா, கர்ச இருமல் நோயாளிகள், வாத ரோகத்தால் துன்புறுபவர்கள், மூலச் சூட்டு உடம்பினர், மூலரோகத்தில் ஆசனக்கடுப்பும், திமிர்ப் பூச்சிகளால் அரிப்பும் ஏற்பட்டு தொல்லைபடுபவர்களும் இந்த சுண்டைக்காயை வாரம் இரண்டு முதல் நான்கு தடவை உணவில் உண்டுவிட மருந்துகளுக்கு பணம் செலவு செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை.

சித்த வைத்தியர்கள் நோயாளிகளுக்கு பத்திய உணவு கொல்லும்போது சுண்டைக்காயையும் மறவாமல் குறிப்பிடுவார்கள்.

சுண்டை வற்றல்

மலைச் சுண்டை வற்றல் மிகுந்த கைப்பு ருசியாய் இருக்கும். கிருமிகளுக்கு (வேப்பிலையைப் போல்) சத்துரு! குடலில் எந்த விதமான கிருமிகள் இருந்தபோதிலும் ஒழித்துக்கட்டும். நாக்குப் பூச்சி, கொக்கிப்புழு, நாடாப்புழு, சிறிய சிறிய திமிர்ப் பூச்சிகள் ஆகியவற்றையெல்லாம் போக்கும்.

சுண்டைக்காய் சுத்தி

மலைச்சுண்டையை சுத்தம் செய்வது அவசியமாகும். தேவையான சுண்டை வற்றல் வாங்கி புளித்த மோரும் அளவு

உடன் உப்புங்கூட்டி அதில் ஊரவைத்தபின்பு உலர்த்தி எடுக்க வேண்டும். இப்படி இரண்டு மூன்று முறை ஊரவைத்து எடுத்த உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டால் சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரையில் மற்றைய வற்றைகளோடு இரவு சாப்பாட்டில் நெய் அல்லது நல்லெண்ணெயில் வறுத்து வைத்துக்கொண்டு சாப்பிடலாம். குறிப்பாக மார்ச்சனி, ஆஸ்துமா, காசதோய் ஆகியவைகளால் வேதனைப்படும் எல்லோரும் பயன்படுத்தலாம்.

சுண்டை வற்றல் தூணம்

மேற்கூறிய நோயாளிகளுக்கு மருத்துவ முறையாக பல உபசரக்குகளைச் சேர்த்தும் தயாரிக்கலாம். முறை விபரம்: சுண்டை வற்றல், நெல்லை வற்றல், சுக்கு, வெந்தயம் ஓமம், மாதுளை ஓடு, மாங்கொட்டை உள்பருப்பு, கருவேப்பிலை, சீரகம் இந்த ஒன்பது பொருள்களையும் ஓர் நிறையாக நிறுத்து எடுத்து சிறிதளவு நெய் அல்லது ஆமணக்கு நெய்யை மண் சட்டியில் விட்டு பொன் வறுவலாக வறுத்து எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதை தினம் காலை குடித்துவர நோய்கள் சாந்தமடைந்து உபத்திரவம் தனியும் எனபதில் ஐயமில்லை.

சோற்றுடன் கலத்துண்ணும் பொடி

சுண்டை வற்றல், கருவேப்பிலை, மிளகு, சீரகம், வெந்தயம் ஆக ஐந்தும் சிற்றமணக்கெண்ணெயில் இளவறுப்பாக வறுத்து அளவுடன் உப்பும் சேர்த்து இடித்து வைத்துக்கொண்டு பகல் இரவு உணவுகளில் முதல் ஒரு கைப்பிடி சோற்றுடன் சூடாக பிசைந்து சாப்பிட பசிமந்தம், அரோசியம், மலக்குடல் கிருமிகள், மூல வியாதிகள் ஆகியன நீங்குவதுடன் நன்றாக பசி எடுத்து உணவை செரிப்பிக்கும்.

சுண்டைக்காயும் முண்டைக்காயும்

தமது இல்லத்திற்கு வந்து அன்புடன் பேசிவிட்டு விடை பெறும் நண்பரும் பேச்சுக்காகவாவது “இருந்து சாப்பிட்டு போங்களேன்” என்று சொல்வது நமது நாட்டு பண்பாடு. வந்த நண்பரும் “என்ன இன்று உங்கள் விட்டில் விருந்து பலந்தானா? மனம், உடம்பம் எல்லாம் நன்றாக உள்ளதா?” என்று கேட்கும்.

என்ன சாப்பாடு?” என்று வேடிக்கையாக கேட்டால், “அதெல்லாம் ஒன்றுமில்லை! சுண்டைக்காய் வத்தலும் - முண்டைக்காய் ரசமுந்தான் என்பார். வந்தவர் புத்திசாலியாக இருப்பின் ஓகோ! அது போதுமே உடம்புக்கு நல்ல ஆரோக்கிய உணவல்லவா? என்று சிலாகித்துக்கூறுவார். சற்று நாகரீகப் பேர்வழியாக இருந்தாலோ “சே! என்ன ருசி பசி இல்லாத விருந்து! இதற்கா கூப்பிட்டீர்கள் என்று இடித்துரைத்து சென்றுவிடுவார். முண்டைக்காய் என்பது மிளகாய் வத்தல். சுண்டைக்காய் வத்தலுக்கும் மிளகாய் வத்தலுக்கும் வெகு ஜோர் என்பது அனுபவித்தவர்களுக்கல்லவோ தெரியும்!

சுண்டைக்காயின் சுவையைத் தெரிந்த சித்தர்கள் அதைப் பற்றி பின்வருமாறு பாடியுள்ளனர்.

“நெஞ்சின் கழும் போம் நிறைகிருமி நோயும் போம்
விஞ்சுவாதத்தின் விளைவுபோம்-வஞ்சியரே!
வாயைக் கசப்பிக்கும் மாமலையில் உள்ள சுண்டைக்
காயை சுவைப்போர்க்குக் காண்.

பித்த அரோசகம் போம் பேராப்பு முச்சாகும்
உற்ற கிராணியறும் உட்பசியாஞ் - சத்தியமாய்ப்
பண்டைக்குத ஆமன்றும் இங்கியாயுரையுந்தான்
சுண்டைக்காய் வற்றலுண்ணச் சொல்”.

தெலுங்கில் இதற்கு உஷ்டிகாய், கடுகி என்றும் ஆங்கிலத்தில் சோலனம் வெர்பாசி போலியம் என்றும் சொல்வதுண்டு. சுண்டைக்கில்லை பண்டை ரோகம் என்பது பழமொழி.



நித்தியக் கல்யாணி

இது என்ன நித்தியக் கல்யாணி! பெயரே புதியதாக இருக்கிறதே! இப்படி ஓர் பெயர் கொண்ட மூலிகை இனம் உள்ளதோ என்று சிலருக்கு சந்தேகம் எழலாம். இந்த மூலிகையும் மற்றவைகளைப் போலவே எங்கும் ஏராளமாக காணக்கூடியது. ஒரு பொருள் விளங்காத வரையில் என்னமோ, ஏதோ என்று நினைத்து பிரம்மை கொள்வதும், விளக்கம் தெரிந்த பிறகு 'ஓஹோ! இதுவா! இது எங்கும் கிடைக்கிறதே! எங்க வீட்டு அருகாமையிலும் நிறைய இருக்கிறதே! என்று அதைப் பற்றி விமர்சனம் செய்யத் தொடங்கி விடுவார்கள். நித்தியக் கல்யாணி மூலிகையும் இப்படித்தான் அறிமுகம் செய்ய வேண்டும் வழக்கமாக இதனை பீங்கான் பூ செடி, காக்கா பூச்செடி, சுடுகாட்டுப் பூச்செடி என்றும் பலவாறு சொல்வதுண்டு. இது சதா சர்வகாலமும் பூத்துக் குலுங்கும் தன்மையுடையது. ஆகையால் பூனாறி வைத்தியர்கள் இதற்கு "ஸதா சுவாகன்" என்று சொல்வார்கள். சுவாகன் என்றால் பூக்கும், மலரும் என்று பொருள். தமிழகத்தில் கொச்சை மொழியில் காக்கா பூ என்பார்கள். இதன் பொருள் என்னவெனில் காக்கையை விடிந்தது முதல் பொழுதமரும் வரையில் ஒரு தடவையாவது பார்க்காமல் இருக்க முடியாது. நாடு காடு எங்கும் சதா காலத்திலும் காணக்கூடியது காக்கை! இது போல செடியினத்திலும் இந்த பூவை காக்கைக்கு ஒப்பிட்டு காக்காப்பூ என்று சொல்லிவைத்தனர் போலும்! காக்கைக்கு ஆகாயத்தோட்டி என்ற ஒரு பெயரும் உண்டு. அசுத்தமெல்லாம் தான் தின்று ஊரை சுத்தப் படுத்தும். இது போல இந்த மூலிகைச் செடியும் உடம்பெனும்

நித்தியக் கல்யாணி



பாயத்தை, வரட்சி, இளைப்பு, அதி மூத்திரம் ஆகியவைகளால் அவஸ்தை படும் சமயம் இவைகளை நீக்கி சுத்தப்படுத்தும் என்ற தற்காக காக்காப்பூ செடி என்றும் பெரிட்டு இருக்கலாம்.

இந்த செடியில் இரண்டு விதம் உண்டு ஒன்று வெள்ளை மறமான பூக்களும், ஐந்து ஒற்றை இதழ்களையுடையதாகி இருக்கும். மற்றொன்று இதே உருவ அமைப்பில் சிறிது மேல்புற இதழில் இளஞ் சிவப்பு நிறத்தையுடையதாகி இருக்கும். இதற்கு காய்களும் உண்டு. சுமார் ஒரு அங்குல நீலத்தில் தந்திக் கம்பி கனமும் முருங்கை காய் போன்ற பார்வையில் உள்ள இதன் காய்கள் முற்றிக்காய்ந்து மின் உதிர்ந்த இடமெல்லாம் முளைக்க ஆரம்பித்து தன்னிச்சையாகவே வளர்ந்து விடுகிறது. தும்பை நாயுருவி, செடிகளைப் போன்று அதே அளவில் வளரும் இச் செடியின் இலை நுணை போல் ஆனால் முனை குறுகி அடுக்காகவும் அடர்த்தியாகவும் இருக்கும். இதற்கிடையில் பூக்களும் காய்களும் விடும். போர்ஸ்சிலேன் என்ற பீங்கான் பாத்திரங்களில் இந்த மூலிகையின் பூக்களை வண்ணச்சித்திரங்களாக தீட்டி விடுவார்கள். எனவே இதைப் பார்த்துப் பழக்கப்பட்டு போன வர்கள் இம் மூலிகைக்கும் பீங்கான் பூ செடி என்று பெயரிட்டு அழைத்தனர். இலக்கண பூர்வமாக சொல்லுமிடத்து இம் மூலிகைக்கு நித்தியக் கல்யாணி என்றுதான் பெயர்.

குணங்கள்

வரட்சி, மிரட்சி, களைப்பு, அதிதாகம், அதி மூத்திரம், மீரேத பலஹினம் ஆகியவைகளைப் போக்கும். மரண பயணத்தை நீக்கும். நமது நாட்டில் இதனை உணவு மருத்துவமாக சிறு வர்களுக்கும் வாஸிப வயதுடைய இளைஞர்களுக்கும் பயன்படு வதாக தெரிய வில்லை. ஆயினும் வாஸிப வயதைத் தாண்டி வயது முதிர்ந்த பெரியோர்கள் இந்த பூவையும் வேரையும் பயன் படுத்தி மூத்திர நீர் தாரை குண்டிக்காய் ரோகம் நீர் குற்றம் ஆகிய சம்மந்தப்பட்டு வரும் பற்பல நீடித்த ரோகங்களை போக் கிக்கொள்ளுவார்கள். பொதுவாக கவனிக்கப்போனால் இம் மூலிகைக்கு உடம்பில் இருந்து நீர் தாரை வழியாக கழியும் சத் தங்களை அதிகம் கழியவிடாமலும் அளவுக்கு மீறி உற்பத்தியா மலும் தடுப்பதாக தெரிகிறது. ஒரு காக்கை எப்படி ஆகா

யத்திலிருந்து ஊரைச்சுத்தம் செய்கிறதோ அப்படி இந்த யாக் கைக்கு சிறு நீர் குற்றத்தால் உண்டாகும் அபாயத்தை இந்த காக்காப்பூவும் வேரும் சுத்தம் செய்கிறது என்றால் மிகையல்ல ஒரு வேளை இதன் உட்கருத்தைக் கொண்டுதான் இதற்கு காக்காப்பூ செடி என்று பெயர் வந்ததோ? அந்த முருகன் தான் அறிவார். சிறுநீரில் சர்க்கரை உள்ளதோ அதை கவனித்து ஆராய்ச்சி செய்வதில் நம் நாட்டு மக்களுக்கு அக்கரை இருந் ததாகத் தெரியவில்லை! அதிக வரட்சி, தாகம், உடனே குடம் குடமாக சிறுநீர் கழித்தல் இது போன்ற குணங்கள் இருந்தால் இந்த பூவை நாலு போட்டு காய்ச்சி குடிப்பார்கள். இது நமது நாட்டின் பழமையான பழக்கங்களில் ஒன்று.

ஆனால் தற்காலம் இவையாவும் ஒவ்வொன்றாக மறைந் தொழிந்து விட்டது! ஆரோக்கியமுடைய ஒருவருக்கு சிறுநீர் இரண்டொரு வேளை அதிகமாய் போனால் போதும், உடனே அவர் பயந்து போய் ஒரு புட்டியில் தனது சிறுநீரைப் பிடித் துக் கொண்டு போய் டாக்டரிடம் காட்டுவார். அவரும் அதை காய்ச்சிப் பார்த்து விட்டு ஓ! உமக்கு டயாபட்டீஸ் வந்து விட் டது சார்! இத்தனை பரிசன்ட் சர்க்கரை இருக்கிறது என்று ஆராய்ச்சியை கூறி ஊசி போடும் ஆரம்ப விழாவை நடத்தி வைப்பார். அவ்வளவுதான் அன்று முதல் பிடித்தது சனியன் நாள் தவறினாலும் உடம்பை பஞ்சர் (பொத்தல்) செய்து கொள் ளத் தவறமாட்டார், அது மட்டுமா? எங்கேயாவது நல்லது பொல்லது விருந்துகளுக்கு செல்லுமிடத்திலே 'அப்பா நான் டயாபட்டீஸ் பேஷண்ட்டு' என்னை கொஞ்சம் தனியாக கவ னிச்சிக்கோ, என்று பெருமையோடு சொல்லிக் கொள்ளுகிறார் கள். இந்த டயாபட்டீஸ்பேஷண்டுகள் ஊசி சகாப்தத்திற்கு முன் இருக்கவில்லையா? இருக்கத்தான் செய்தார்கள்! ஆனால் இவர்கள் தன் சிறுநீரைப் பிடித்து பார்த்துக்கொண்டு சரிச்சை களை செய்து அது குறைவு, இது அதிகம், என்று கலையாக வளர்க்கவில்லை. அதற்கு மாறாக நீரைக்கட்டும் மூலிகைகள் யாவை? என்று ஆய்ந்து அவைகளைப் பயன் படுத்தி குணம் கண்டனர். நீர் ஆரைக்கீரை, ஆவாரைப்பூ, பிசின் பட்டை, இலை, வேர், யானை வணங்கி என்னும் நெருஞ்சில் மாதுளம், மாவிலை துளிகள், மாங்கொட்டை, கீழா நெல்லி பொற்கொடி என்னும் கையாந்தகரை, பராசக்தி என்ற வேம்பு நாவல் கொழுந்து, கொட்டை, நிலப்பனை, பூனைக்காவி விதை, முருங்கை, பசலைக்கீரை, வாழைப்பூ, தண்டு, முள்ளங்கி போன்ற நம் நா. மூ. பா.— 18

வைகளுக்கும், இந்தக் கட்டுரையில் குறிப்பிட்ட பீங்கான் பூ மூலிகைக்கும் நீர் குற்றங்களைத் தடுத்து அதனால் வரும் நோய்களை நீக்கும் குணம் உள்ளதாக நமது நாட்டு சித்தர்களின் வாகட நூல்களில் காணக்கிடக்கின்றது.

பூ கஷாயம்

ஓயாது நீர் குடித்தால், எவ்வளவு நீர் குடித்தாலும் தாகம் அடங்காது. நாக்கு வரட்சியாகி விடுதல், உடனே குழாயை திருப்பியது போல சிறுநீர் கழித்துவிடல், மூகம் பிரேதக்களை பட்டு மரண பயம் உண்டாதல், அளவுக்கு மீறிய பலஹினம், அதிக பசி அல்லது பசியற்றுவிடல், நீர் குடித்தால் சிறுநீர் உடனே கழித்தல் போன்ற குணங்களை யுடையவர்களுக்கு பீங் காண் பூ கஷாயம் ஒரு சிறந்த நிவாரணி. விபரம்: ஆறு பீங் காண் பூவை மட்டும் எடுத்து இரண்டு குவளை நீரில் போட்டு ஒரு குவளை யாக சுண்டக் காய்ச்சி அரைகுவளை வீதம் நாள் ஒன் று குவளை யாக சுண்டக் காய்ச்சி அரைகுவளை வீதம் நாள் ஒன் றுக்கு நான்கு தடவை குடிக்க மேல்படி குணங்கள் கட்டுப்படும். இந்த மூலிகைக்கு நோயை பூரணமாக குணப்படுத்தும் தன்மை இல்லாவிட்டாலும் கூட தீவிர நோய்களில் உப சாந்தமான குணம் கிடைக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. சிறுவர்களுக்கோ அல்லது வாலிபர்களுக்கோ இந்த சிகிச்சை செய்வது அவ்வளவு உசிதமல்ல என்பது பலர் கருத்து. ஆனாலும் இது சுமார் 40 வயதுக் கடந்தபின் வந்த நீர் ரோகங்களில் சிறப்பாக வேலை செய்து குணம் அளிக்கிறது என்பது அனுபவ பூர்வமான உண்மை.

நித்தமும் பூக்கும் காரணத்தால் நித்தியக்கல்யாணி என்று பெயர்வந்த பீங்கான் பூ ஓர் அற்புத மூலிகையாகும். ஸ்ரீ ராமபிரானின் தந்தையாகிய தசரத சக்கரவர்த்திக்கு நித்தி யக்கல்யாணம் நடக்குமாம். இப்படி இவர் ஒரு கல்யாணம் தினம் செய்துக் கொள்கிறாரா? என்பதை பரகராமர் கண்கா ணிப்பாராம்! தவறினால் அவர் உயிருக்கு ஆபத்து விளையும் என்பதாக புராண வரலாறு. இதுபோல தற்காலம் இன்கலின் ஊசியை நாள் தோறும் போட்டால் தான் உயிர் நிற்கும் என்று கங்கணம் கட்டி கொண்டவர்கள் இந்த நித்தியக் கல்யாணி மூலிகையை தாராளமாக நம்பி வாழ்க்கை நடத்திவரலாம். சிறு நீர் தாரையில் எரிச்சலும் வலியும் ரணமும் உண்டான போது இந்தப் பூ யானை வணங்கி (நெஞ்சில்) சமூலம் ஆக இதைப் பூ யானை வணங்கி (நெஞ்சில்) சமூலம் ஆக சம்பளாக புத்து கிராம் அளவு எடுத்து கஷாயமிட்டு முன்சொல் வியப்பி குடித்துவர குணமாகும்.

வேர்ச் சூரணம்

டயாபட்டிஸ் என்று பிரகடனம் செய்து கொண்டு நவீன மருந்துகளையும், ஊசிகளையும் போட்டு அலுத்துப் போனவர்கள் இந்த வேர்ச் சூரணத்தை தானே தயாரித்து வைத்துக்கொண்டு பணச் செலவு இல்லாமலும், உடம்பை ஊசியால் பொத்தல் செய்து கொள்ளாமலும் இலகுவில் அதி மூத்திரத்தையும் அதில் கழியும் உடல் சத்துக்களையும் அன்றாடம் குறைத்துக் கொள்ள லாம். இந்த மூலிகையின் வேர்களை வெள்ளிக் கிழமைகளில் (தூய்மையான உடலும் எண்ணமும் கொண்டு) எடுத்து வந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி வெய்யிலில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து துணியில் வடிகட்டி (வஸ்திரகாயம்) சன்ன துளை ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும். அளவு பெருவி ரல் ஆட்காட்டி விரல் நடு விரல் ஆகியவைகளைக் கொண்டு அந்த சூரணத்தை ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை எடுத்து நோய்க்குத் தக்கபடி வாயிலிட்டு வெந்நீர் குடிக்கவும். இப்படி இரண்டொரு தடவை செய்த பின் 2 மணி முதல் 3 மணி நேரத் தில் சிறு நீரில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவு குறைந்திருப்பதை பரிசோதனையில் காணலாம். மூத்திரத்தின் அளவும், நோய்த் தன்மையும் குறைந்து போய் உடல் சுக நிலையில் இருப்பதை நோயாளி உணரமுடியும். இந்த சிகிச்சையால் பூரண குணம் காணாவிட்டாலும் எவ்வளவு நாளைக்கு செய்கிறார்களோ அவ் வளவு நாள் குணம் தரும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. இம் முறை ஊசி மருந்துகளை விட பல மடங்கு மேல் என்பது அனுபவத் தில் கண்டவர்கள் கூறுகின்றனர். இதன் வேர் நீர் ரோகங்களை கண்டிக்க பூவைக் காட்டிலும் சக்திவாய்ந்தவையாகும்.

இம் மூலிகையின் வேர் தற்சமயம் ஆராய்ச்சிக்காக ஸ்விட் சர் லாந்து, அமெரிக்கா போன்ற மேல் நாடுகளுக்கு ஏராளமாக சேகரித்து அனுப்பப்படுகிறது. அவர்கள் ஆராய்ச்சிக்குப் பின்பு இந்த வேர் சத்துக்கள் பேடண்ட் மாத்திரைகளாகவும், ஊசி மருந்துகளாகவும் செய்து மற்ற நவீன மருந்துகள் போல அழகான கலர் பாக்கெட்டுகளில் புதுப் புது பெயர்களை கொடு த்து அவைகளை நம் தலைமீதே அதிக விலைக்கு கொண்டு வந்து விற்பனை செய்யும் காலம் வந்தாலும் வரக் கூடும்! ஆகவே நித் தியக்கல்யாணி மூலிகையை நித்தமும் தேடி ஆலைந்து ஏற்றும்பி செய்து ஜீவிக்கும் அன்பர்கள் இதன் வேர்களை அற்பமாக எண் னாமல் தங்கத்திற்கு சமமாக எண்ணி தந்திரமாக பேரம்பேசப் பயனடைவார்களாக.

கஞ்சாங் கோரை (சங்கரத் துளசி)

கஞ்சாங்கோரை என்ற மூலிகையைப் பற்றி உங்களுக்கு தெரியுமோ? இது துளசியினத்தைச் சேர்ந்த சிறு குத்துச்செடி வகை. இதன் வழக்குப் பெயர் காட்டுத் துளசி, நாய்த்துளசி என்றும் கூறுவதுண்டு. இச்செடிகள் பொதுவாக வயல் வெளிகளிலும், குத்துச்செடி அடர்ந்து காணும் இடங்களிலும், கிராமங்களில் சுற்றியும் எங்கும் வளரக்கூடியது. ஏறத்தாழ நல் துளசி செடியின் உயரத்திற்கு வளரும். இச்செடியின் கதிர்கள் பெரியதாக அடுக்கடுக்காகவும் நீண்டும் இருக்கும். பூக்கடைகளில் 'கதிர் பச்சை' என்று கதம்ப பூக்களில் கலந்து கட்டுகிறார்களே அதுபோல இந்த கஞ்சாங்கோரை கதிர்களும் இருப்பதால் இதையும் சில நேரங்களில் கதம்ப பூக்களில் கட்டி "கதிர் பச்சை கலந்திருக்கு. வாட்மா" என்று ஏமாற்றுவார்கள்! இதன் வேறுபாடுகளை வாசனையால் அறிந்துவிடலாம்.

கஞ்சாங்கோரையின் இலைகள் பச்சைப் பச்சேலென சிறிய தேக்கரண்டி அளவு முனை சற்றுக் கூராக நீண்டு இருக்கும். நல் துளசி இலையின் முனை குறுகியிருக்கும். பார்வையில் வேறுபாடு உண்டு. சாதாரண துளசி மணத்தை விட மிகுந்த ஆனால் நெடிசல் கிளம்பும் மணம் இந்த கஞ்சாங்கோரைக்கு உண்டு. இலையை விட இதன் கதிர்களுக்குதான் இம்மணம் மிகுதி! எனவேதான் பூக்கடைக்காரர்கள் இதனை பூக்களுடன் கலந்துவிட்டு இனத்தெரியாத ஒரு மணத்தைக் கிளப்பிவிடுகின்றனர். ஒரு சிலர் கஞ்சாங்கோரைவேறு, நாய்த்துளசி வேறு என்றும் வாதிடுவர். ஆனால் இது நிலவளத்தின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு வளர்ச்சி குன்றியோ, வளமாகவோ,

நாய்த்துளசி சில்து



கஞ்சாங்கோரை

காணப்படுவதால் இவ்வழக்கு உண்டாயின என்பது பல ஆய் வாளர்களின் கருத்து.

பொதுக் குணம்

நாய்த்துளசி பராசக்தியான வேம்புக்கு சமம் என்றால் மிகையல்ல. வேம்புவைப் போலவே இது மனதிலும் உடலிலும், வேலை செய்யக் கூடியது. இரைப்பை, நுரையீரல், சர்மம் மனோ சம்பந்தப்பட்ட நரம்பு மண்டலம், ராஜ உறுப்புகள் ஆகியவைகளில் நன்கு வேலை செய்யக்கூடியது. அத்துடன் கிருமி களையும், பூச்சிகளையும் அழிக்கும் சக்தியுடையது. வியர் வையை பெருக்கி உடலைத் தூய்மையாக்கும்.

கஞ்சாங்கோரையின் நறுமணம் மனத்திற்கு அமைதியை யும் சாத்த குணத்தையும் அளிக்கக் கூடியதாகையால் இதனை துறவு பூண்ட சன்னியாசிகளும், விரதம் அனுஷ்டிப்பவர்களும் கைகொண்டு புழங்குவார்கள். சம்சாரத்திலுள்ளவர்களும் உப யோகிக்கலாம். முடிவு பெருத பல இச்சைகளை எண்ணி நாய் போலனையும் மனதை தூய்மைப்படுத்தி, ஒழுக்கத்தையும் மன அமைதியையும் உண்டாக்கும். உலகியல் மாயையில் விட்ட கன்ற துறவிகளின் மும்மலத்தைப் பற்றவிடாமல் பேரின்ப எண் ணங்களை தூண்ட உதவுகிறது என்பது பல சித்தர்களின் கருத்து.

கிராம மக்கள் இதனை உடற்பிணிகளுக்கும் பயன்படுத்து வார்கள். பேய் பிசாசு என்ற ஆவேசம் பிடித்தவர்களுக்கு வேப்பிலையால் அடித்து ஒட்டுவது போல, இந்த நாய்த்துளசி இலையை பிதற்றல், பாடல், சினத்தல், ஓடல், தொடர்பு அற்ற பேச்சுகளை பேசிக் கொண்டிருத்தல் ஆகியன போன்ற சித்தப் பிரமை பிடித்தவர்களுக்கும் தலையில் கட்டி வைக்க வும், படுக்கையில் போட்டு வைப்பதாலும் மேல்கண்ட பிணி கள் நீங்கும்.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் மாந்தக் கழிச்சல், விக் கல், சடைப்பு, இருமல், சளி ஆகியவைகளுக்கு இலையை இடித்து சாறு 20 முதல் 40 துளி உள்ளுக்கு பாலுடன் கொடுக்க குணமாகும். மூலச் சூடு, கணச்சூடு, ஆகியவைகளுக்கும், மேக ரோக சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கும் இதன் இலையை அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு தயிரில் கலந்து காலை மாலை உணவின் பின் அலை நீங்கும்.

மாரிச்சளி, கட்டம், இருமல், ஆம்ப நிலை ஆயரோகம் ஆகியவைகளுக்கு அறு மிளகும், கஞ்சாங்கோரை இலை குபாய் எட்டையும் (ஒரு கோவியளவு) நன்றாக அரைத்து வெந்நீரில் கலந்து கொடுக்க சளி யாவும் வெளியே வந்து குணமாகிவிடும். இப்படியே இதன் இலையை நிறைய சேகரித்து எடுத்துலர்த்தி துள் செய்து வைத்துக்கொண்டு தினம் காலை நேரத்தில் ஒரு வேளை காபி போடுவதுபோல் பால், சர்க்கரை சேர்த்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு போட்டு குடித்தும் வரலாம். இதனால் வியர்வை நூற்றம் போகும். உடலும் தூய்மையாகும்.

மூலரோகத்தில் ஆசனம் அடிக்கடி தினவு கொண்டு சதா விரலை விட்டு நோண்டிக் கொண்டிருப்பவர்கள், இதன் இலை களை ஆமணக்கு நெய் சிற்று விட்டு வாட்டி அந்த இலையை இளர் குட்டுடன் ஆசனவயிரல் வைத்துக் கட்டிவர மூலத்தில் நெளியும் பூச்சிகள் யாவும் அழிந்து அரிப்பு, தினவு தொல்லை கள் நீங்கி அமைதி உண்டாகும். இது போல உடம்பின் மேல் சர்மத்தில் உண்டாகும் சொறி சிரங்குகளுக்கும் இதனுடைய இலையை அரைத்து தடவி தண்ணீரில் குளிக்க நீங்கும்.

மூட்டைப் பூச்சிகளுக்கு பொதுவாக தற்கால மக்களில் அதேகர் இரண்டு பேர்களுக்குதான் மிகவும் அச்சம் கொள்வார்களே. ஒருவர் மூட்டைப் பூச்சியார், மற்றொருவர் இந்த மூட்டைப் பூச்சியார் வாழும் பல வீடுகளுக்கு முதலாளி! வீட்டைப் பற்றியோ கவலை இல்லை. இவருக்கு வேண்டியதெல்லாம் வர்ப்பு கைப் பணம். “என்ன இன்று முதல் தேதி சம்பளம் கிடைத்து இருக்குமே!” என்று பரிந்துகேட்டு பணத்தைக் கறந்துகொண்டு போவார். வீடு ரிப்பேர் என்று சொன்னால் காது கேட்காது. மூட்டைப் பூச்சியார் இருக்கிறாரே இவருக்கு பேச தெரியாது! ஆனாலும் விளக்கு அணைந்தவுடன், “சே! இந்த வாடகை வீட்டிலுள்ளவர்களுக்கு உடம்பில் ரத்தமே இல்லை” என்று நினைக்குமோ என்னவோ! சுருக்கென்று கடிக்கும்போது பக லெல்லாம் உழைத்துவிட்டு வந்தவர்கள் மீண்டும் இரவில் மூட் டையோடு போராட்டம் போடுவார்கள்! இவைகளை ஒழித்துக் கட்ட விதவிதமான மூட்டைப் பூச்சி மருந்துகளை விலை கொடுத்து வாங்கிவந்து போடுவார்கள். இதனால் மூட்டைப் பூச்சிகள் தவிர மற்றெல்லா பூச்சிகளும் செத்துவிடும். அதோடு சில சமயங்களில் குழந்தைகளுக்கும் சிறுவர்களுக்கும் மயக் கத்தை உண்டாக்கிவிடும். சலித்து போய் மருந்தை எங்காவது

ஒரு மூலையில் போட்டு வைப்பார்கள். அம் மருந்து கணவன் - மனைவி சச்சரவு சண்டை நேரங்களில் கண்ணில்பட்டு பற்றக் குறைகள், கவலை, கோபம் ஆகியவைகளால் மனந்துணிந்து தற்கொலைக்கும் பயன்படுத்தியவர்கள் அநேகம். வாசகர்களே! இறைவன் படைப்பில் எல்லா உயிரினங்களும் சமமே. கேவலம் மூட்டைப் பூச்சிகளை செயற்கை மருந்துகளில் கொல்ல போய், நாமே தற்கொலைக்கு ஆளாவது எவ்வளவு மடமை! வீடுகளில் நம்மைச் சுற்றி பல பூச்சிகள் வாழத்தான் செய்கின்றன. கொசு, ஈக்கள் போன்றவைகளை சிலந்திகள் பிடித்து தின்னுகின்றன. சிலந்தி, கரப்பான் பூச்சிகளை தேன் போன்ற விஷ ஜந்துக்கள் பிடித்து தின்னுகின்றன. இவைகளையும் பல்லிகள் ஆகாரமாக்கிக் கொள்ளுகின்றன. எலிகளை ஒழிக்க வீடுகள் தோறும் பூனைகளை வளர்ப்பது நம் நாட்டு வழக்கம். ஆனால் தற்காலம் எலிகளுக்கு (ரேட்பாய்சன்) விஷத்தை உணவில் கலந்துவைக்க, அதை தின்ற எலி அடுத்த வீட்டில் மூடாமல் வைத்த பலகாரத்தில் வாயை வைத்து, பின் எங்கோ சென்று தானும் இறந்து பலகாரம் தின்ற மனிதர்களையும் சாக வைத்து விடுகிறது! இப்படித்தான் மூட்டைப் பூச்சிகளையும் அழித்துவிட வேண்டும் என்று நினைப்பவர்கள் தற்கொலைக்கும் ஆளாக நேரிடுகிறது. இவை யாவும் நமது பண்டைய பழக்கங்களை விட்டு நாகரீக போக்கை பின்பற்றியதின் விளைவுகளே! வீடுகளில் சேரும் பூச்சிகளையொழிக்க நான் தோறும் இறை வணக்கம் என்ற பழக்கத்தையுண்டாக்கி, சாம்பிராணி தூபம், ஊதுபத்தி முதலானவைகளைப் போடுவதால் பூச்சிகள் இந்த நறுமணம் சகிக்காமல் வீட்டைவிட்டு வெளியேறிப் போகிறது. அதோடு நமது பழிவாங்கும் நினைவு இறை வழிபாட்டால் நீங்கப் பெறுகின்றது. கஞ்சாங்கோரை மூட்டைப்பூச்சிக்கு பரம் எதிரி. ஆகவே இதை நாள்தோறும் கொண்டு வந்து கசக்கி வீட்டின் மூலை முடுக்குகளில் போட்டு வைக்கவேண்டும். பத்து நாள்தொடர்ந்துபோட இதன் நறுமணம் வீட்டைச் சுற்றியுள்ள மூட்டைப்பூச்சிகளையும், கொசுக்களையும் அழித்துவிடும் செய்து பாருங்கள்!

பேன் ஒழிய

சிலருக்கு உடம்பெங்கும் ஒருவித பேன் பிடிப்பதுண்டு. இந்த பேன் சாரங்கமாக வட்டவடிவிலும், வட்டவடிவிலும் உருவ அமைப்பாகப் பிடிக்கப் படுகின்றன. இதை

கண் புருவம், இமைகள், மீர்ம உறுப்புகளில் உணிகள் போன்று கெட்டியாக பிடித்துக் கொண்டிருக்கும். நமைக்கும்போது சொறிந்தால் தோலுடன் பிடித்துக் கொண்டுவரும் எளிதில் எடுக்க இயலாது. இதை எட்டுக்கால் பேன் என்றும் சொல்வார்கள். இந்த பேன் பிடித்தவன் கதி அவ்வளவுதான். நிறைவேருத பல ஆசை நினைவுகளில் ஈடுபட்ட மனம் உடையவனாகி இவனை தரித்திரமும், நோய்களும் பிடுங்கித் தின்னும்! இந்த பேன் தொலையவேண்டுமானால் கஞ்சாங்கோரை இலையை அதன் கதர்களுடன் சேர்த்து ஒரு துண்டு வசம்பும் இடித்து தூளாக்கி அதில் கலந்து இரண்டும் மைபோல வேண்டுமளவு அரைத்து உடம்பெங்கும் தடவிக்கொண்டு 1 மணி நேரம் சென்று குளிர்ந்த நீரில் குளிக்கவேண்டும். இப்படி 10 நாள் குளித்தால் போதும் பேன்கள் ஒழிந்து போகும். சீலைப் பேன் என்று சொல்லப்படும் ஒருவித வெள்ளை பேன்களும் இதனால் நீங்கும் என்பதில் ஐயம் இல்லை.

நாய்த்துளசி என்ற இந்த கஞ்சாங்கோரைக்கு இப்பெயர் எப்படி வந்தது என்று திட்டவாட்டமாகக் கூற இயலாவிட்டாலும் “கஞ்சன்கிரி” என்ற ஒரு மலை. இது வடாற்காடு மாவட்டத்தில் திருவலம் என்ற ஊருக்கு கிழக்கேயுள்ளது. “கஞ்ச மலை” என்று சேலத்தில் ஒரு மலையுள்ளது. இவ்விடங்களில் சித்தர்கள் கட்டிய கோவில்கள் இன்றும் இருக்கின்றன. அதோடு இந்த கஞ்சாங்கோரையும் இம்மலைகளில் ஏராளமாகவும் தன்னிச்சையாகவும் வளர்ந்துவருவதும் குறிப்பிடத்தக்கது ஆகும். இம்மலை சாரல்களில் சித்தர்கள் சித்தியடைந்து அருவமாகி வாசம் செய்வதாக பலர் சொல்கின்றனர்.

சங்கர துளசி: பரமேஸ்வரன் சாபத்தால் பார்வதி காஞ்சியில் அரக்கியாகப் பிறந்து மனிதர்களை இம்சை செய்து வந்த போது, காமேசுவரியாம் காமாட்சியை அடக்க அவதரித்த ஆதி குருவாம் காமகோடிபிட ஸ்தாபகர் ஆதி சங்கரர் சுவாமி களுடைய பிரியமான மூலிகைகளுள் இந்த கஞ்சாங்கோரையும் ஒன்று. எனவே இம் மூலிகைக்கு சங்கர துளசி என்றும் சிலர் திருநாமம் இட்டு அழைக்கின்றனர். இன்றும் அந்த நடமாடும் தெய்வ மகாசந்நிதானத்திற்கு போகும் பக்தர்கள் இந்த சங்கர துளசியைக் கொண்டு போய் அர்ப்பணம் செய்வதைக் காணலாம்.

கலியாண முருக்கன்

பிரம்ம விருட்சம் என்ற தலைப்பில் முருங்கை மரத்தைப் பற்றி 1983 ல் எழுதியது வாசக அன்பர்களுக்கு நினைவு இருக்கலாம். முருங்கையில் கலியாணமுருங்கை என்ற ஓர் மரவகுப்பும் உள்ளது. முருங்கை மரத்தைப் பற்றி தெரிந்த அளவுக்கு இந்த கலியாண முருங்கையை அனைவரும் தெரிந்து வைத்து இருக்க முடியாது ஏனெனில் இதன் இலையோ மற்ற பாகங்களோ உணவாக பயன் படுவதில்லை.

ஆனாலும் பள்ளிச் சிறுவர்களுக்குத் தெரிந்தமரம் தான் கலியாண முருங்கை! இப்படியாகச் சொல்லிக் கேட்டால் அவர்களும் “எனக்குத் தெரியாதே! என்றுதான் சொல்லி விடுவார்கள். “தம்பி! உனக்கு நெருப்புக் கொட்டை மரம் தெரியுமா...?” என்றால் ஓ! நல்லாத் தெரியுமே. எங்க பள்ளிக் கூடத் தோட்டத்திலும் இருக்கிறதே! என்பார்கள். இந்தக் கொட்டையை காரை அல்லது சிமிட்டிதரையில் தேய்த்து பக்கத் துப்பையன் தொடையில் வைத்து விடுவான். உடனே அவன் எழுந்து சாரீ! நெருப்புக் கொட்டையை தேய்த்து வைச்சுட்டான் என்று ஒற்றைக்கூடில் குதிப்பான். ஆசிரியர் குடுவைத் துப்பைக் கூப்பிட்டு பிரம்பால் ஒரு குடு போட்டு சமாதானம் செய்வார். இப்படியே, சாரீ. இவன் கிட்டே நெருப்புக் கொட்டை இருக்கு, அவன் கிட்டே இருக்கு என்று ஒருவருக்கொருவர் கோள் சொல்லி கொட்டையெல்லாம் மேஜை மேல் குவியும். பையன்களுக்கு பிரம்படியும் சாரீ என்றுதான் விழும். நெருப்புக் கொட்டை குடும் சாரீ என்று இருக்கும். இத்தகைய காரணங்களால் (நெருப்புக் கொட்டைமரம்) கலியாண முருங்கை மரம் பள்ளிச் சிறுவர்களுக்கு மிக நெருங்கிய தொடர்பு ஏற்படுதிக் கொண்டு விட்டது!

இந்த கலியாண முருங்கை பார்ப்பதற்குபூவரசு மரம்போல காணப்படும் முருங்கையைச் சார்த்தே. விதையில் இருந்தும் பயிராகும். அல்லது பெருமரக் கிளையை ஒடித்து நட்டு வைத்து தண்ணீர் கட்ட முருங்கை கிளை போலவே குருத்து

நெருப்புக் கொட்டை மரம் (எ) கலியாண முருக்கன்



விட்டு முளைக்க ஆரம்பமாகும். இந்த மரத்தில் சிகப்பு நிறப் பூக்களை விடும் கலியாண முருக்கன் உள்ளது. சுத்த வெள்ளை நிற பூக்களை விடும் மரமும் உள்ளது. இவ் விரண்டும் நிறத்தால் வித்தியாசமே தவிர குணம் ஒன்றுதான். பூக்கள் கிளைகளின் முனையில் கொத்துக் கொத்தாக கற்றுவை மடல் போல

இரண்ட நடுவநீளத்தில் ஒரேஇதழ்விளிர்ந்த அன்எதிர்வே 5(அ)8 மகரந்தக் காம்புகளையுடையதாகி இதழ்கள் மேல் நோக்கி காதுகள் போல நீட்டி இருக்கும். இதழ்கள் உதிர்ந்ததும் அதிலிருந்து நீளமான பிஞ்சுகள் பச்சை நிறமாக காக்கும். இதன் காய்கள் முருக்கைக் காய்கள் போலவே இருக்கும். ஆனால் சமையலுக்கு உதவாது. உலர்ந்தபின் காய் கருப்பு நிறமாகி உள்ளே இருக்கும் நெருப்புக் கொட்டை சலசல என்று ஆடும். கலியாண முருக்கன் இலை, பூ, முருங்கையிலை, பூ போல் இல்லை எனலாம், இலை பூவரசன் இலை போல் ஒரு காம்புக்கு மூன்று இலைகளுடன் காம்பு நீளமாக இருக்கின்றது.

இந்த மரம் உணவாக பயன் படாவிட்டாலும் மருத்துவ பயனாக பரம்பரை வைத்தியர்களுக்கு பயன்பட்டு வருகிறது. பொதுவாக பித்த சிலேத்தும பிணிகளுக்கு குட்டைத் தணித்து மலத்தை வெளித்தள்ளி கோழையை அகற்றும் சக்தி கொண்டதாகும். மேலும் புழுக்களையும், கிருமிகளையும் இதன் இலைச்சாறு அழிக்கும் தன்மை கொண்டதாகும். பித்தமடிகரித்து வந்த நீர் தடைகளை நீக்கி சிறுநீரை பெருக்கித் தள்ளவும், பெண்களுக்கு காமு குத்த தடையை நீக்கி, வாய்வை கண்டிக்கும், மருத்துவப் பயனாக உலப்பு பூமரத்தைக்காட்டிலும் வெள்ளைக் கலியாண முருக்கனே சிறந்தது என்பது குறிப்பிடத் தக்கதாகும்.

குழந்தை வியாதிகளுக்கு

வெள்ளைக் கலியாண முருக்கன் இலை குழந்தை வியாதிகளுக்கு மிகுந்த பயன்தர வல்லது. குப்பை மேணிச் சாற்றைப் பிழிந்து புகட்டுவதுபோல இதை குழந்தைகளுக்கு புகட்டுவதும் மது நாட்டு வழக்கமாகும். இதனால் குழந்தைகளுக்கு வாந்தியாகி வயிற்றில் உள்ள புளிப்பு, கோழை, கபகபட்டு நீங்கி, வலி பசியும் ஜீரண சக்தியும் உண்டாகும். குப்பைமேணி சாற்றைப் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு முதல் 4 மாதம் வரையில் புகட்ட வேண்டாது. ஏனெனில் அதன் வேகம் சிசுக்கள் தாங்காது. ஆனாலும் இந்த வெள்ளை கலியாணமுருக்கன் இலைச் சாற்றை பிறந்த ஒருமாத குழந்தைக்கு 10 துளிசாற்றில் 10 துளிவெண்ணீர் லந்து புகட்ட கஷ்டமில்லாமலும் எளிதாக வயிற்றை சுத்தம் செய்து குழந்தையின் மந்தத்தை போக்குவதுடன் வயிற்றில்

உள்ள சகலவிதமான பூச்சிக்களையும் வெளியேற்றி விடும். 6 மாதம் முதல் 1 வருடக் குழந்தைகளுக்கு அரை தேக்கரண்டி முதல் ஒரு தேக்கரண்டிவரை கொடுக்கலாம், அஜீர்ணம் மந்தம் இருக்கும் போதெல்லாம் இப்படி பயன்படுத்திவர நல்ல குணம் காணும்.

பெண்களுக்கு சூது துலைக்கு

இதன் இலைச்சாற்றை முருங்கை இலைச்சாற்றைக் கொடுப்பது போலவே தினமும் பத்து நாளைக்கு தவறாமல் கொடுக்க மாதவிடாய்க்கு முன்பும் பின்பும் காணும் கடுமையான வயிற்று வலி நீங்கிப்போகும்.

ஆஸ்துமா வியாதிகளுக்கு

நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்ட காச நோய்களான ஆஸ்துமா இரைப்பு நோய்களுக்குமுன் காலத்தில் கையாண்ட முறைஇந்த இலையில் இருந்ததாக பல ஏட்டுச் சுவடியில் காணக்கிடக்கின்றன. அன்மையில் ஒரு ஆஸ்துமாகண்ட நான்பட்ட வியாதியுடைய தருக்கு கையாண்டு பூரண குணமும் கண்டுள்ளது. முறை விபரம்; வெள்ளை கலியாணமுருக்கன் இலையை இடித்து பிழிந்த சாறு ஒரு சங்களவு [1 அவுன்சு] வெங்காயத்திலே வெள்ளை ரகம் உள்ளது [சிகப்பு நிறம் கூடாது] வெங்காயத்தை இடித்து பிழிந்த சாறு ஒரு சங்களவு புழுங்கள் அரிசியை கழுவி சோறு வேகும் போது கொதிக்கும் நீரில் இரண்டு சங்களவு ஆக நான்கு ஒரு சிறிய குவளை [டம்ளர்] ஆகும், இதை ஒன்றாக கலந்து காலை வேளை மட்டும் இளஞ் சூடாக நான் தோறும் பருகி வரலாம். நான்பட்ட இரைப்பு காசம் கூட இதனால் பூரணமாக ஒழியும் என்பதில் ஐயமே இல்லை. மாமிச உணவு புகை, போகம் கூடாது.

சிறுநீர் எரிச்சல் நீங்க

தினமும் ஒரு தேக்கரண்டி இதன் இலைச்சாற்றை மோரில் கலந்து குடித்துவர மூத்திரதாரை அழர்ச்சி சிறுநீர் எரிச்சல் அடங்கி குரு தனியும்,

சர்ம ரோகங்களுக்கு நிகரற்றது

வெள்ளை கலியாண முருங்கை தெரியாதவர் வைத்தியராக இருக்க முடியாது என திடமாக கூறி விடலாம், தமிழ்நாட்டில் சர்வமேகராஜாங்க எண்ணை என்ற ஓர் முறை. இது அந்தந்த ஊரில் பிறந்த பரம்பரை வைத்தியர்களால் கையாளப்படுவதால் அந்த ஊர் பெயரே இந்த எண்ணைக்கு வைத்துவிட்டார்கள். இம்மாதிரியான மேக எண்ணைகள் தயாரிக்க வெள்ளை கலியாண முருக்கன் இல்லாவிட்டால் அந்த எண்ணை ஒருவித பயனும் தராது எந்தவித சர்ம ரோகங்களுக்கும் எண்ணை ரூபத்தில் காய்ச்ச இதன் இலை ஓர் அரசனைப்போன்ற துணையாகும். தீராத பல கரப்பான், சொறி, சிறங்கு, படைகளுக்கும் சிகை அலங்கரித்து சிங்காரம் செய்துவிடும் சலூன்காரர்கள், தொற்றுப் புண்கள் பல முகங்களில் பட்டு வந்த கத்திப் படைச்சொறிகள் ஆகிய சர்ம புண்கள் தீவேண்டுமா? முறை விவரம்: வெள்ளை கலியாண முருக்கன் இலையை ஒரு பலம், முற்றியதேங்காய் பருப்பு ஒருபலம், சிறிய துண்டு மஞ்சள் இலைகளை நன்றாக மைபோல அரைத்து இரவு வேளைகளில் மேலே பற்று போட்டு வைத்து காலை யில் குளித்து வர யாவும் மறைந்து விடும் குப்பை மேனிக்கு நிகரானது. உளுக்குக்கும் இதன் இலைச் சாற்றை மட்டும் இரண்டு தேக்கரண்டி தினம் ஒரு வேளை சாப்பிடுவது மலத்தை இளக்கி கிருமிகளைக் கொன்று சர்ம ரோகத்தை விரைவில் குணமாக்க உதவுகிறது.

சுகபேதியாகி மலக்கட்டு நீங்க

ஆண்டுக்கு இருமுறை வயிற்றைச் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளுவது எனபது நமது நாட்டு மருத்துவவிதி தற்காலத்தில் கண்ட மாத்நரை மருந்துகளை பேதிக்கு சாப்பிட்டு குடல் கோளாறுகளுக்கு ஆளாகிவிடுகிறார்கள், கலியாண முருக்கன். இலைச் சாற்றை இடித்துப் பிழந்தசாறு 2அவுன்சு, அரைஅவுன்சு சோற்று உப்பு சேர்த்து கலக்கி காலை வெறும் வயிற்றில் குடிக்க இரண்டு முதல் நான்கு தரம் மல நீராகி பேதியும், ஒருதரம் கபம், பித்தம் கழிய வாந்தியும் ஆகி சுகநிலைக்கு உடலைக் கொண்டு வரும். அதிகம் பேதி ஆனால் மோர் குடிக்க பேதி நின்றுவிடும்

அபாயம் இல்லாத சுகபேதி பழங்கால முறை இதுவே. ஆனால் இம் முறை கருவுற்ற மாதர் [கர்ப்பிணிகள்] சாப்பிடலாகாது என்பதை நினைவு படுத்துவதும் நல்லதே.

பூச்சிகள், மலப்புழு சாக

நெருப்புக்கொட்டை என்று சொல்லப்படும் இந்த மரத்தின் விதை வயிற்றில் உள்ள கிருமி, மலப்புழுக்களைக் கொல்லும் சக்தி கொண்டது. முறை விவரம்: விதைக் கொட்டையை உடைத்து மேல் தோல் நீக்கி, இடித்துத் தூள் செய்து கொண்டு 6 அரிசி எடை மேல்படி சாற்றில் கலந்து சாப்பிட குடல் பூச்சிகள் வெளியே வந்து விழும்.



பொருள் விளக்கத் தெளிவுரை !

41. வில்வம் (கூவிளம்)

இதன் வழக்கு பெயர்: வில்வ மரம். தெய்வீக மூலிகை சிவார்ச்சனைக்குரிய பத்ரம். இதன் வேறு பெயர்கள் சிவத்துருமம், கூவிளை, குசாபி, நின்மலி, மல்லூரம், ஆங்கிலம்: Aegle Marmelos, மலையாளம் கூவளம், கன்னடம்: பேலா, தெலுங்கு: பில்வமு உருது. ஷூல். சமஸ்கிருதம், டில்வா, ஹிந்தி: பேல்.

உபயோகம்: மலமிளக்கி, பசித்தூண்டி, செரிப்புண்டாக்கி காமம் பெருக்கி, சாயமேற்றி, வெப்பமகற்றி வியர்வைபெருக்கி, துவர்ப்பி குருதிப்போக்கடக்கி.

தீரும் நோய்கள்

மந்தம், மேகம், குன்மம், விந்து நாசம், வாத குன்மம், கபம், கபகரம், நீரேற்றம், சன்னி. பித்த கோவை அதிசாரம், க்ஷயம், வாந்தி, அரோசகம், விக்கல், கண்ணெரிச்சல், கபாலச்சூடு, மூலரோகம், ரத்தசீதபேதி, பாண்டு, காமாலை, மேகவாய்வு வயிற்றுக்கடுப்பு. மலபந்தம், சுரம், தந்தரோகம்.

42. கட்டுக் கொடி.

இதன் வழக்கு பெயரே கட்டுக்கொடிதான் இதர பெயர்கள் தமிழில் ஏதுமில்லை இயன்றே சொல்ல

லாம். ஆங்கிலத்தில் Cocculus Villösus கன்னடம் டாகாடா, தெலுங்கு: துசாரி, சமஸ்கிருதம். ஜல் ஜம்னி, வசனவல்லி, வனடிக்-டிகா. உருது: ஜம் டிகா பட்டா, இந்தி: ஜம்டிகி பேல், பாரிட் பேல்.

குணதீசயம்: நீரைக்கட்டும், குளிர்ச்சியுண்டாக்கி உடல் தேற்றி, மலமிளக்கி, உள்ளழுலாற்றி.

தீரும் வியாதிகள்.

முக்கியமாக பெண் ரோகத்தால் விளைந்த வெள்ளை ஒழுக்கு, வெட்டை, மேக அனல், நீராகவே போகும் மலக்கழிச்சல், பெரும்பாடு, மேக ஒழுக்கு, நீர் எரிச்சல், கரப்பான் நோய், சீத ரத்த பேதிகள், வாத ரோகம், பித்த குன்மம் ஆகியன.

43. முள்ளங்கி.

வேறு பெயர்கள்: மூலகம், முள்ளாங்கி, முல்லங்கி, ஆங்கிலப் பெயர்: White Radish. மலையாளம்: கங் கபால் உருது: டர்சி. இந்தி: முலி.

உபயோகம்: விதை. கிழங்கு, இலை, பூ.

குணதீசயம்: மலமிளக்கி, வெப்பகாரி, பசி தூண்டி, காமம் பெருக்கி, சிறுநீர் பெருக்கி.

தீரும் நோய்கள்.

வயிற்று நோய், குன்மம், குடல் நோய், வயிற்றெரிச்சல் குத்தல், குன்மம், வாதப்பிணி இருமல், கபம், தந்த ரோகம், மூலக்கடுப்பு, சுவாசம், கரப்பான், தாது பலஹீனம், நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, மலச்சிக்கல் ஆகியன.

44. கறிவேம்பு.

இதர பெயர்கள்: கறிய பிலை, கருவேப்பிலை, கரிப் பிலை கறி வேப்பிலை, ஆங்கிலத்தில்: Bergera curry leaf கன்னடம்: கரிபெவின்னகிடா, சமஸ்கிருதம், சுரபி நிம்பா உருது, இந்தி, கரியபாக்.

உபயோகம்: இலை மண மூட்டியாக சமயலிலும் ஈர்க்கு பட்டை வேர் மருத்துவப் பயனாகவும்.

குணதீர்மானம்: பசித்தூண்டி, மணமூட்டி, உர மாக்கி பைத்திய தோடம் நீக்கி.

தீரும் நோய்கள்: அஜீரண பேதி, குமட்டல், வாந்தி, உஷ்ண பேதி, செரியா மந்தம், பித்த க்ஷயம், மலச்சிக்கல், கிராணி, குழந்தை நோய்கள், கப வாத சுரங்கள் ஆகியவை.

45. வெங்காயம்.

இதர பெயர்கள்: காயம் ஈர வெங்காயம் உள்ளி, ஈர உள்ளி, ஈருள்ளி, பலாண்டு நிச்சியம் கிரந்தம் சாம்பார வெங்காயம் ஆங்கிலம்: Onion. தெலுங்கு ஈர்ரகெட்டா உல்லிகெட்டா. மலையாளம்: ஈருள்ளி, கன்னடம்: நீருள்ளி: இந்தி உருது: பியாஸ்.

உபயோகம்: தாள். பூ. கிழங்கு; விதை.

குணதீர்மானம்: சிறுநீர் பெருக்கி. உஷ்ணமுண்டாக்கி. ருது உண்டாக்கி. உள்ளழல் ஆற்றி கோழைய கற்றி காமம் பெருக்கி குளிர்ச்சிப் போக்கி.

தீரும் நோய்கள்

சுலதோடம் கபம். சீதள சுரம். குடல் நோய் வயிற்று. அழற்சி, பேதி, மூலரோகம், வரட்சி, ரத்த வாந்தி,

மூலச்சூடு, உஷ்ண நோய்கள். கண் ரோகங்கள், புகையிலையால் வந்த உடல தீமைகள், தேள்கொட்டின வலி, வரண்ட சளி. இருமல் சுரம், ஆசனக் கடுப்பு: வெளி மூலம், ரத்தபேதி சீதபேதி, ஆகியவைகள்.

46. அரச மரம்.

இதர பெயர்கள்: திருமரம், அசுவத்தம். சுவலை, கணவம், சராசனம், பனை, பிப்பிலம். பேதி, அசுவ தத்தம். ஆங்கிலம். Sacred fig, The PeePul tree தெலுங்கு: ரவி செட்டு, மலையாளம்: ரவியால் கன்னடம்: பிம்பாலா, சமஸ்கிருதம்: அஸ்வதா உருது: பீபுல் பாராஸ், இந்தி: பிபோல்.

உபயோகம்: இலை, வித்து. பட்டை வேர்.

குணதீர்மானம்: விதை, மலமிளக்கி, துவர்ப்பி, உர மாக்கி, பலகாரி.

தீரும் நோய்கள்.

மனதிற்கு அமைதி தரும், உடல் குட்டை தணிக்கும், சுக்கில சுரோணித குற்றங்களை நீக்கும். ஜீரண உறுப்புகள் குற்றம், தொண்டைவரட்சி, தினவு, சொறி, நமட்டு சிறங்கு, முத்திர தாரை எரிச்சல். வெட்டைச்சூடு, பித்த வெடிப்புகள், விக்கல், தொண்டைக் கட்டு ஆகியன.

47. தொட்டால் சிணுங்கி.

இதர பெயர்கள்: இலச்சகி, காந்த மூலி, தொட்டால்வாடி, தொட்டாற் சுருங்கி, தொட சுணங்கி, ஆங்கிலம்: Humble plant, Sensitive plant, தெலுங்கு: அட்டபட்டி செட்டு, மலையாளம், திண்டர் மணி- கன்னடம்: நச்சிகிசிடா சமஸ்கிருதம்.

நமஸ்காரி, இந்தி, லச்சாலு,
உபயோகம்: இலை, வேர்.

குணதிசயம்: மனதில் பிரதிபலிக்கக் கூடியது
காமம் பெருக்கி, உறமாக்கி, உடல்தேற்றி.

தீரும் நோய்கள்

மேக நீர். வாதத்தால் வந்த வீக்கம், கீல் வாதம், மூலச்
சூடு ஆசனக் கடுப்பு, சிற்றின்பத்தில் பலஹீனம்.

48. எட்டி மரம்.

இதர பெயர்கள். காஞ்சிரம், விடமுட்டி ஆங்கிலம்
நக்ஸ் வாமிகா, ஸ்ட்ரைகொனைன்
டிரீ, தெலுங்கு கன்னடம்: முஷ்டி செட்டு, சமஸ்
கிருதம்: விஷ முஷ்டி, உருது: இஸ்ராகி, இந்தி:
கொஜுலா.

உபயோகம்: இலை, பழம், வித்து, பழசத்து மரப்பட்டை
வேர் பட்டை.

குணதிசயம்: நீர்மலமாக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி
சிறுநீர் போக்கி, உரமாக்கி, தாது பலம் போக்கி,
அழுகல் அகற்றி அகட்டுவாய்வகற்றி.

தீரும் நோய்கள்

விஷபேதி. காலரா, வான்தி பேதி, சகலவித விஷக்கடி
கள் பாம்புக்கடி, நாள்பட்ட வாதவலிகள், நரம்பு
இசிவு சொறி சிறங்கு, புண், புரைகள் தேள் கடி
விஷம், வாத ரோகம் சிவந்தநிறமுடைய கட்டிகள்
குஷ்டரோகம், கரப்பான் பித்தபாண்டு நீர்கோவை
மூலரோகம், மலபந்தம் ஆகியன,

49. பற்பாடகம்.

இதர பெயர்கள்: சீதம் பொப்படம் பப்படம், பற்ப
டாம் ஆங்கிலம்; Mollugo. தெலுங்கு மலையாளம்

கன்னடம் சமஸ்கிருதம்: பற்பாடகம், உருது: ஹசார்
டனா, இந்தி: தப்தஜ்

உபயோகம்: முழு செடியும் (சமூலம்)

குணதிசயம்: வியர்வை பெருக்கி, மலமிளக்கி, அழு
கலகற்றி, வெப்பமகற்றி, பசி தூண்டி, குளிர்ச்சியுண்
டாக்கி, தாகமகற்றி,

தீரும் நோய்கள்

சீதள, கப, பித்த சுரங்கள், விட சுரங்கள் யாவற்றிற்
கும் உடல் நாற்றம், உடல் அழுக்கு, சளி இருமல், இளைப்பு,
காசம், பேதியில் விட சுரம், நாள் பட்ட சுரம், அதிக தாகம்
ஆகியன.

50 ஆதிநாராயணன்,

இதர பெயர்கள்: வாதமடக்கி, வாதங்கரச்சி, வாத
நாராயணன். இம்மரத்திற்கு ஆங்கில பெயர்களோ அல்
லது தெலுங்கு, மலையாளம், கன்னட பெயர்களோ,
இந்தி, உருது, சமஸ்கிருதத்திலும் அகராதி கிடையாது
ஆனால் இதே வாத மடக்கி என்ற பெயரில் தழுதாழை
செடிக்கும இந்த ஆதிநாராயண மரத்திற்கும் வித்தியா
சம் தெரியாமல் இரண்டுக்கும் ஒரே தன்மையான
குணத்தைக் கொடுத்து (கற்பனையாக) மூலிகைகளை
நேரில் பார்க்காமலே விளக்கம் தந்து சில வட நாட்டு
மருத்துவ ஆசிரியர்கள் குறிப்பிட்டுள்ளனர். தழு
தாழைக்கும், வாதமடக்கி என்ற பெயர் இருப்பினும்
இலையில் வித்தியாசம் இருப்பது போல குணத்திலும்
வேறுபாடு உள்ளது. இதை நமது நூலின்கண் உள்ள
வரைபட விளக்கம் கொண்டு நன்கு விளங்கிக் கொள்
ளலாம். கிளி ரோடனரன் என்ற ஆங்கில வார்த்தை
வாத நாராயண மரமா? தழுதாழையா? என்பது
சந்தேகக் கேள்வியேயாகும்.

உபயோகம்: இலை மட்டும் வழக்கில் உள்ளது.

குணதிசயம்: வீக்கங்கரைச்சி, வாதமடக்கி, பெரு வலி போக்கி, சிறு நீர் பெருக்கி, மலம் நீராக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

கடுமையான மலச்சிக்கல், அதிக உஷ்ணம், மலச் சிக்கலால் வந்த தலைவலி, வாத ரோகம், கீல் வாய்வு, முடக்கு வாதம், நடுக்கு வாதம், நரம்புத் தளர்ச்சி, குடைச்சல் வலி, நரித்தலை வாதம், மாந்தம் சீதள சுரம், இழுப்பு, சன்னி, அசீரணம், மூட்டுக்களில் வலி, வீக்கம் சொறி, சிறங்கு, பாரிசு வாதம், பக்க இசிவு, நரம்பு இழுப்பு, முகத்து இசிவு முதலிய 80 விதமான வாத ரோகங்கள் முதலியன,

51. பேய்ச் சுரை

இதர பெயர்கள்: காட்டுச் சுரை.

உபயோகம்: இலை, கொடி, முற்றிய சுரைக்காய் ஓடு.

குணதிசயம்: வாந்தியுண்டாக்கி, கடு விடமகற்றி, மலம் நீராக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

பாம்புக் கடி, ஜலமண்டலம், நட்டுவாக்காலி, தேள் கடி நாட்பட்ட காசம், சளி, கபக்கட்டு, வெளி மூலம் சகலவித பாம்புக்கடிகளுக்கும், மாலைக்கண் ஆகியன

52. பூலோக கற்க விரூட்சம்

இதர பெயர்கள்: தென்னம் பிள்ளை, தாழை, தெங்கு மரம், இலாங்கனி, தென், நாளிகேரம், தென்னை மரம், இடன்றியும் தென்னை மர வகுப்பை சேர்ந்ததல்ல என்பதும், புல் இனம் என்று தொல்காப்பியத்தில் “அகக்

காழ் எனப்படுவதே. மரம் எனப்படும் புறக்காழ் என்பது புல் எனலாகும்” என்ற வாக்கியத்தால் தென்னை மரத் திற்கு புல் மரம் என்ற வழக்கும் இலக்கிய சான்று உள்ளது. ஆங்கிலம்: Coconut palm, தெலுங்கு: தெங்காய் செட்டு, மலையாளம்: தென்னா, கன்னடம்: தெங்கினா கிடா, சமஸ்கிருதம்: நாரிகேளா, இந்தி: நாரியால், உருது: நாரல்.

உபயோகம்: இலை, குருத்து, பூ, பாளைப்பிஞ்சு, காய், வேர், நார், நர்க்கு, பருப்பு, இளநீர், ஓடு, மது.

குணதிசயம்: குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, சிறுநீர் பெருக்கி பசித் தூண்டி, உடலுரமாக்கி, உள்ளழுலாற்றி, மல மிளக்கி, பழுக்கொல்லி, வெப்பமுண்டாக்கி, உஷ்ண வாய்வு, அடி வயிற்று நோய், மகோதரம், நீர் பாண்டு கருப்பாசய நோய்கள், ரத்த சோகை, மயக்கம், கிராணி வாந்தி, உட்காய்ச்சல், காமாகு, பசியின்மை, எலும்பு உருக்கி, நீர் சுருக்கி, பிரமேகம், வெள்ளை ஒழுக்கு, சொறி, சிறங்கு, சயரோகம், காசம், மூலம், இரைப்பு நோய், இருமல் ரத்த மூலம், கப நோய், அரையாப்பு, விப்புருதி, சிலந்தி நோய், ரணம், கொப்புளம், மேக அனல் ஆகியன.

53. அகத்தி

இதர பெயர்கள்: முனி, காரம், அச்சம், ஆங்கிலம்: Sesbaenia, Grandflora, தெலுங்கு: ஆவிசி, கன்னடம்: ஆகாவி, சமஸ்கிருதம்: அகத்தியா, உருது: அக்டி-கா-ஜார்.

உபயோகம்: இலை, பூ, பட்டை, வேர்.

குணதிசயம்: நச்சுப் (விடம்) போக்கி, செரிப்புண்டாக்கி, வெப்பமகற்றி, மலமிளக்கி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.

தீரும் நோய்கள்

நஞ்சுத்தன்மையுடைய மருந்துகளுக்கு முறிவு, இடு மருந்துகளின் தீமை, மனக்கலக்கம், குழப்பம், பயித்தியம், மலச்சிக்கல், பித்தப்பிணிகள், புகைப் பழக்கத்தால் உண்டான கபம், சளி, பித்த சுரம், தாகம், உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் எரிச்சல், சிறு நீர் கடுப்பு, மூத்திர தாரை எரிச்சல், அம்மை சுரம் ஆகியன.

54. கரப்பான் பூண்டு.

இதர பெயர்கள்: கரப்பாணிப் பூண்டு, பஞ்சப் பூண்டு பஞ்சிமுசுட்டை, Botanicalname: Ipomoea Candicans மற்ற மொழியில் இதற்கு பெயர் கூற இயலவில்லை, தென்னாட்டிற்கே உரிய இப்பூண்டு மற்ற இடங்களில் கிடைக்குமாயின் பெயர் வந்திருக்கக் கூடும்.

உபயோகம்: முழு செடியும். (சமூலம்)

குணாதிசயம்: நுட்புமுகக் கொல்லி, மலமிளக்கி, தூய்மையாக்கி, வாதமடக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

நாட்பட்ட சொறிசிறங்குகள், கருமை நிறமான படைகள், சில்வண்டுபூச்சிகள், நாள்பட்ட நீர் ஒழுகும் ரணம், கரப்பான் தினவுகள், தீராத குழிப்புண், வெடிப்பு ரணம் மேக ரோகப்படை ஊரல்கள், வாத நோய்கள்; கபம், மலச்சிக்கல், மூத்திர தாரை குற்றங்கள், சிறு நீர் தடை கருவண்டு கடிகள், பலவித பூச்சிக் கடிகள், சிலந்தி கடி செவ்வண்டு கடிகள், தெள்ளுப் பூச்சி, பூரான், செய் யான், தேள் கடி விடத்தால் வந்த கருமை நிற படைகள் ஆகியன.

55. அரிவாள்மனைப் பூண்டு.

இதர பெயர்கள்: அரிவாள் மூக்குப் பச்சிலை, ஆங்கிலம்: Sida Rhom boidea. இதர மொழிகளில் பெயர்கள் தென்படவில்லை.

உபயோகம்: இலை.

குணாதிசயம்: குருதிப் போக்கடக்கி, அழுகலகற்றி, வலி போக்கி, ரணமாற்றி, விடம் போக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

வெட்டுகாயங்கள், அடிப்பட்டதால்நிற்காமல் பீறிட்டு வரும் ரத்தம், ரண காயங்கள், விடக்கடிகள், ஒற்றைத் தலை வலி, நீர் ரோகங்கள் ஆகியன.

56 செம்பை,

இதர பெயர்கள்: கருஞ்செம்பை, கருஞ்செம்பருத்தி சித்தகத்தி, கருஞ்சித்தகத்தி, ஆங்கிலம்: Sesbania small leaf,

உபயோகம்: இலை, பூ, விதை, வேர்.

குணாதிசயம்: வீக்கங் கரைச்சி, புழுக் கொல்லி வெப்பமுண்டாக்கி, நுட்புமுகக் கொல்லி, துவர்ப்பி, ருது உண்டாக்கி, ரணமாற்றி, அழுகலகற்றி.

நீங்கும் நோய்கள்

சீழ் கொண்ட கட்டிகள், அரையாப்பு, (தொடை வாழை) ரத்தம் கட்டி வீக்கங்கள், அடிப்பட்ட காயங்கள், கபம், மேக ரோகம், கரப்பான், வாதநீர் கட்டுகள், வயிற்றில் பூச்சி, சொறி, சிறங்கு, சர்ம புண்களுக்கு, தீராத தலைவலி, சன்னி, கபாலக்குத்து, நீர் ஏற்றம்,

கழுத்து நரம்பு வலி, சூதக ஜன்னி, குடைச்சல், ஒருத் தலைவலி, நான்பட்டினிசரோகம், மலச்சிக்கல், பெரும் பாட்டு உதிரப் போக்கு, அசீரணப் பேதி, உஷ்ண பேதி சில் விடங்களின் விஷக்கடிகள் ஆகியன.

57. கள்ளி முளையான்.

இதர பெயர்கள்: களையா முளையா, கல்லி முல்லி, ஆங்கில பெயர்: *Stapelia Virgata*

உபயோகம்: தண்டு மட்டும்.

குணதீசயம்: பசித்தூண்டி, பலகாரி, உடலுரமாக்கி சீரண நீர் சுரப்பி, (உமிழ் நீர் பெருக்கி,) குளிர்ச்சி, யுண்டாக்கி.

தீரும் நோய்கள்.

வாய் அருசி, வாந்தி, குமட்டல். வாத பித்த, சிலேத் துமப்பிணிகள், பசியின்மை, ஆகியன.

58. சுண்டை.

இதர பெயர்கள்: கடுகி, மலைச்சுண்டை, தெலுங்கு: உஷ்டிகாய, ஆங்கிலம்: *Salonum Verbasi folium*

உபயோகம்: காய், உலர்ந்த வற்றல், வேர்.

குணதீசயம்: நுட்புமுக கொல்லி, பூச்சிக்கொல்லி, கோழையகற்றி, பசித்தூண்டி, பலகாரி.

தீரும் நோய்கள்

ஈளை, காச இருமல். மார்பில் கபக்கட்டு, மூலரோகத் தில் ஆசனக்கடுப்பு, திமிர்ப் பூச்சிகள், வாத ரோகம்.

மூலச்சூடு, நாக்குப் பூச்சி, கொக்கிப்புழு, நாடாப் புழு: பசியாத மந்தம், அரோசிகம், ஆகியன.

59. நித்தியக் கல்யாணி.

இதர பெயர்கள்: சுடுகாட்டுப் பூ, காக்காப் பூ, பீங் கான் பூ செடி, உருது: சாதாஸ்வாகன்.

உபயோகம்: வேர், பூ, இலை.

குணதீசயம்: சர்க்கரைக் கொல்லி, சிறு நீர் குறை பட போக்கி, உரமாக்கி, துவர்ப்பி, வரட்சியகற்றி.

தீரும் வியாதிகள்.

அதி முத்திரம், தாகம், வரட்சியகற்றி, மிரட்சி பிரேத பலவீனம், சர்க்கரை சத்து, பசியின்மை ஆகியன

60. கஞ்சாங் கோரை

இதர பெயர்கள்: சங்கர துளசி, நாய்த்துளசி, ஆங்கிலம்: ஓசிமம் ஆல்பம், தெலுங்கு. தெல்ல துளசி, சமஸ்கிருதம்: சுரசம் கம்பீரம்.

உபயோகம்: செடி, இலை, கதிர், சமூலம்

குணதீசயம்: நாற்றம் போக்கி, தூய்மையாக்கி, வியர்வை பெருக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி, உரமாக்கி.

நீங்கும் நோய்கள்

மனோ வியாதிகள், குழந்தை வியாதிகள், மாந்தக் கழிச்சல், விக்கல், சடைப்பு, இருமல், சளி, மூலச்சூடு, மேக ரோக நோய்கள், மார்சளி, காசம், இருமல், ஆரம்ப நிலை சயம், மூலரோகம், முட்டைப் பூச்சி ஒழிய பேன் ஒழிய.

61. கலியாண முருக்கன்

இதர பெயர்கள்: முள்முருக்கு மரம், நெருப்புக் கொட்டை மரம், ஆங்கிலம்: இன்டியன் கோரல் டீர், தெலுங்கு: பாடிசாப்பு செட்டு, மலையாளம்: கரு முருக்கன் மரம், கன்னடம்: பரவலாட மரா, சமஸ்கிருதம்: கிம்சகம், மண்டல்யா, இந்தி: பாங்ரா, உருது: பெருட்.

உபயோகம்: இலை, பூ, விதை, பட்டை.

குணதிசயம்: கிருமி கொல்லி, புழுக்கொல்லி, நுட்புழுக்கொல்லி, கோழையகற்றி. பித்தமகற்றி, வெப்பமகற்றி. சிறு நீர் பெருக்கி, மலமிளக்கி, பால்பெருக்கி ருதுவுண்டாக்கி.

தீரும் நோய்கள்

குழந்தை வியாதிகளுக்கு; பெண் ருதுகுலை கோளாறு ஆஸ்துமா வியாதிகள், சிறு நீர் எரிச்சல், சகல வித சரும நோய்களுக்கும், மலச்சிக்கல், மலப் புழுக்கள் சாக கிருமிகள் விலக.

(மூன்றாம் பாகம் முற்றும்)



அறிவிப்பு.

மருத்துவ சம்மந்தப்பட்டதாம், நோய்களுக்கும் ஆலோசனை பெற விரும்பும் அன்பர்கள்

“நம் நாட்டு மூலிகைகள்” ஆசிரியர்
டாக்டர் A. R. கண்ணப்பர்,

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர். 1. வ. ஆ.
என்ற விலாசத்தில் நேரில் வந்து ஆலோசனை பெறலாம்
போன்: 726, 1236.
த. பெ 126

நம் நாட்டு மூலிகைகள் நான்கு பாகமும் தபாலில்
பெற கு 12-50 ஒவ்வொரு பாகமும் தபாலில் பெற
கு 3-20 அனுப்பிப் பெறலாம்.

மூலிகை மணி அலுவலகம்,
59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர் (வ. ஆ.)

நம் நாட்டு மூலிகைகள்
ஐந்தாம் பாகம் விரைவில் வெளிவரும்.

எமது அடுத்த வெளியீடுகள்!

1. நாடிப்பார்த்தல், 2. மனித உறுப்புக்களில் மூலிகை
குணதிசயங்கள், 3. புல்லுதவி, 4. முருகன் துதிப்பாடல்கள்.

இவை யாவும் மூலிகை மணியில் தொடர் கட்டுரைகளாக
வெளிவந்தவை